

คู่มือ

การเสริมสร้างวินัยนักเรียน
ในสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน
ด้านการปฏิบัติตามระเบียบ
กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะ
และเคารพสิทธิผู้อื่น



สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา
กระทรวงศึกษาธิการ



คู่มือ
การเสริมสร้างวินัยนักเรียน
ในสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน
ด้านการปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะและเคารพสิทธิผู้อื่น



สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา
กระทรวงศึกษาธิการ



371.2

ส 691 ค.

สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา

คู่มือการเสริมสร้างวินัยนักเรียนในสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน
ด้านการปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะและเคารพสิทธิผู้อื่น
/ กรุงเทพฯ : 2562.

62 หน้า

ISBN 978-616-270-208-2

1. คู่มือวินัยนักเรียน 2. ชื่อเรื่อง

คู่มือการเสริมสร้างวินัยนักเรียนในสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน
ด้านการปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะและเคารพสิทธิผู้อื่น

สิ่งพิมพ์ สกศ.

อันดับที่ 38/2562

พิมพ์ครั้งที่ 1

มิถุนายน 2562

จำนวน

1,000 แผ่น

ผู้จัดพิมพ์เผยแพร่

กลุ่มพัฒนานโยบายด้านการเรียนรู้
สำนักมาตรฐานการศึกษาและพัฒนาการเรียนรู้
สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ
ถนนสุขุมวิท เขตดุสิต กรุงเทพฯ 10300
โทร. 0-2668-7123 ต่อ 2560
โทรสาร 0-2243-1129
Web site: [http:// www.onec.go.th](http://www.onec.go.th)

พิมพ์ที่

บริษัท พรักหวานกราฟฟิค จำกัด
90/6 ซอยจรัญสนิทวงศ์ 34/1
ถนนจรัญสนิทวงศ์ แขวงอรุณอมรินทร์
เขตบางกอกน้อย กรุงเทพฯ 10700
โทรศัพท์ 0-2424-3249 0-2424 3252
โทรสาร 0-2424-3249 0-2424 3252

คำนำ

การเสริมสร้างวินัยให้กับคนในชาติจำเป็นต้องปลูกฝังตั้งแต่เยาว์วัย เพราะเป็นวัยที่กำลังเรียนรู้ การสร้างลักษณะนิสัยที่พึงประสงค์ให้เป็นคนมีระเบียบ วินัย เคารพกฎหมาย จึงเป็นเรื่องที่สำคัญที่จะช่วยยกระดับคุณภาพของคนไทย สถาบันครอบครัว สถาบันศาสนา สถาบันการเมืองและการปกครอง โดยเฉพาะอย่างยิ่งสถาบันการศึกษาที่มีส่วนสำคัญอย่างยิ่งในการเสริมสร้างวินัยปลูกฝังความรับผิดชอบ การตรงต่อเวลา มีจิตอาสา เสียสละ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ เห็นอกเห็นใจผู้อื่น ซื่อสัตย์สุจริต เคารพกติกาของสังคมและเคารพสิทธิของผู้อื่น ให้เยาวชนไทยเติบโตเป็นคนไทยที่สมบูรณ์

สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษาในฐานะหน่วยงานที่รับผิดชอบด้านนโยบายการศึกษา เห็นความสำคัญของการเสริมสร้างวินัยของนักเรียนในระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน จึงได้สนับสนุนให้นักวิจัยจากมหาวิทยาลัยบูรพา ทำการศึกษาวิจัยองค์ความรู้ชุด “การวิจัยและพัฒนารูปแบบ กลไกการเสริมสร้างวินัยนักเรียนในสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน ด้านการปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะและการเคารพสิทธิผู้อื่น” ซึ่งเป็นเรื่องสำคัญเรื่องหนึ่งของนักเรียนในการปฏิบัติตนให้เป็นผู้ปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะและการเคารพสิทธิผู้อื่น เพื่อการดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

สำหรับเอกสารคู่มือการเสริมสร้างวินัยนักเรียนในสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน ด้านการปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะและการเคารพสิทธิผู้อื่น จัดทำขึ้นเพื่อให้ผู้บริหารสถานศึกษา ครู และผู้มีส่วนเกี่ยวข้องได้ใช้เป็นเครื่องมือในการดำเนินงานด้านการส่งเสริมวินัย โดยใช้กระบวนการและวิธีที่สอดคล้องกับสภาพบริบทและความพร้อมของสถานศึกษาแต่ละแห่ง ซึ่งสถานศึกษาสามารถปรับกิจกรรม เนื้อหาในการเสริมสร้างวินัยได้ตามความต้องการของตนเอง รวมทั้งสามารถปรับเป้าหมาย ตัวบ่งชี้ความสำเร็จ เกณฑ์พิจารณาที่เหมาะสม ในการเสริมสร้างวินัยที่สอดคล้องกับบริบทและความพร้อมของสถานศึกษาแต่ละแห่ง

สำนักงาน ฯ คาดหวังว่าเอกสารฉบับนี้จะเป็นประโยชน์ต่อสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน ทุกสังกัด และหน่วยงานอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง สามารถใช้เป็นแนวทางในการเสริมสร้างวินัยนักเรียนในด้านการปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะและการเคารพสิทธิผู้อื่น เพื่อให้เป็นผู้มีวินัย ประพฤติปฏิบัติตนในแนวทางที่ดี ขอขอบคุณคณะนักวิจัยและผู้เกี่ยวข้องที่มีส่วนในการดำเนินการให้เอกสารฉบับนี้สำเร็จลุล่วงจนสามารถเผยแพร่ไปยังสถานศึกษาและสาธารณชนในวงกว้าง



(นายสุภัทร จำปาทอง)

เลขาธิการสภาการศึกษา

สารบัญ

	หน้า
- ความเป็นมาของโครงการ	ก
- ขั้นตอนการนำรูปแบบการส่งเสริมวินัยนักเรียนลงสู่การปฏิบัติในโรงเรียน	ข
- นิยามและความหมายของคำที่นำมาใช้	จ
- คำอธิบายรูปแบบการส่งเสริมวินัยนักเรียน	ฉ
- คู่มือการเสริมสร้างวินัยนักเรียนในสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน ด้านการปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะและเคารพสิทธิผู้อื่น	1
- คู่มือพัฒนาวินัยนักเรียนด้านการปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะและเคารพสิทธิผู้อื่น	19
- คู่มือวินัยนักเรียนในสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน ด้านการปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะและเคารพสิทธิผู้อื่น (สำหรับคณะกรรมการวินัยนักเรียน)	31
- คณะผู้จัดทำ	48

ความเป็นมาของโครงการ

โครงการพัฒนารูปแบบ กลไกการเสริมสร้างวินัยนักเรียนในสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน ด้านการปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะและเคารพสิทธิผู้อื่น เป็นการพัฒนาและยกย่องรูปแบบ กลไกการเสริมสร้างวินัยนักเรียนในสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน นำไปทดลองใช้ เพื่อให้ได้รูปแบบ กลไกการเสริมสร้างวินัย โดยมีกระบวนการดำเนินงานที่สำคัญ คือ การศึกษาองค์ความรู้เพื่อใช้เป็นฐานในการ ยกย่องรูปแบบ กลไกการเสริมสร้างวินัยนักเรียนในสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน และถอดบทเรียน ความสำเร็จจากสถานศึกษาที่มีผลการปฏิบัติดี (Best practice) การยกย่องรูปแบบกลไกการเสริมสร้างวินัย นักเรียนในสถานศึกษา ระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน การตรวจสอบรูปแบบและกลไกการเสริมสร้างวินัยนักเรียน ในสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน การนำรูปแบบ กลไกการเสริมสร้างวินัยนักเรียนในสถานศึกษาระดับ การศึกษาขั้นพื้นฐานไปทดลองใช้ในสถานศึกษา การศึกษาผลการใช้รูปแบบและกลไกการเสริมสร้างวินัย นักเรียนในสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน และการจัดทำรายงานผลการพัฒนารูปแบบ กลไกการเสริมสร้าง วินัยนักเรียนในสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน ด้านการปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะ และเคารพสิทธิผู้อื่น พร้อมคู่มือการเสริมสร้างวินัยนักเรียนในสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน ด้าน การปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะและเคารพสิทธิผู้อื่น โดยกระบวนการการยกย่องรูปแบบ กลไก การเสริมสร้างวินัยนักเรียนในสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน การตรวจสอบรูปแบบกลไกการเสริมสร้าง วินัยในสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน ที่สำคัญคือ การระดมสมองจากผู้มีส่วนได้เสีย (Stakeholders) ที่ได้จากการมีส่วนร่วมคิด พิจารณาถึงความเหมาะสมของกิจกรรมและกลไกของรูปแบบที่จะนำไปใช้ใน โรงเรียนว่ามีความเหมาะสม ถูกต้อง เป็นไปได้ และมีประโยชน์เพียงใด นำไปสู่การนำรูปแบบ กลไกการเสริมสร้าง วินัยนักเรียนในสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานไปทดลองใช้ในสถานศึกษา ปีการศึกษา 2560 ต่อไป

ที่มาและความหมายวินัย

ก่อนที่จะกล่าวถึงวิธีการหรือรูปแบบการสร้างวินัยให้กับนักเรียน ควรมีการศึกษาและทำความเข้าใจกับ ความหมายของคำว่า วินัย ซึ่งในที่นี้จะขอยกตัวอย่างความหมายตามแนวคิดของ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุต. โต) บางตอนจากหนังสือ “วินัยเรื่องใหญ่กว่าที่คิด” ดังนี้

คำว่า วินัย เป็นคำที่ใหญ่มาก มีความหมายกว้างกว่าที่เราใช้กันทั่วไปมาก และเป็นคำศัพท์ที่มีความ สำคัญอย่างยิ่งในพระพุทธศาสนา มักใช้ควบคู่กับคำว่า ธรรม ดังที่มีคำเรียกพระพุทธศาสนาว่า “ธรรมวินัย” และคำทั้งสองนี้มีความหมายสัมพันธ์กัน

พระพุทธศาสนาถือว่าความจริงของสิ่งทั้งหลายเป็นเรื่องราวธรรมดามีอยู่แล้วในธรรมชาติ ไม่ว่า พระพุทธเจ้าจะเกิดหรือไม่เกิดมันก็เป็นอย่างนั้นเป็นธรรมดา ธรรมชาติและธรรมดานี้แหละ คือ ธรรม

พระพุทธเจ้าทรงค้นพบธรรม คือ ความจริงนั้นแล้วก็ทรงนำมาประกาศเผยแผ่ สอนชี้แจงแสดง ให้เข้าใจง่าย หน้าที่ของพระพุทธเจ้าเกี่ยวกับธรรมก็เพียงค้นพบและเอามาประกาศและสั่งสอน เพราะธรรม เป็นความจริงที่มีอยู่แล้วในธรรมชาติ การที่จะให้ความจริงของธรรมชาติดีผลในทางปฏิบัติ เป็นประโยชน์ แก่หมู่มนุษย์ในสังคม ก็ต้องนำหลักความจริง คือ ธรรม นั้นมาจัดตั้ง วางเป็นระบบระเบียบ โดยนำเอา หลักความจริงที่มีอยู่ตามธรรมชาติ ซึ่งเป็นเรื่องของกฎแห่งเหตุปัจจัย หรือความเป็นไปตามเหตุปัจจัยของสิ่ง

ทั้งหลายที่เกิดขึ้น โดยเป็นเหตุเป็นผลเกกกันนั้น พุดสั้น ๆ ว่า เอาหลักเกณฑ์ในกฎธรรมชาตินั้น มาวางรูปเป็นกฎในหมู่มนุษย์ จากกฎในธรรมชาตีกีมาเป็นกฎในหมู่มนุษย์ การจัดตั้งวางระเบียบในหมู่มนุษย์นี้แหละ เรียกว่า วินัย

กฎของธรรมชาติ เรียกว่า “ธรรม” กฎของมนุษย์ เรียกว่า “วินัย”

กฎ 2 อย่างนั้นมีความสัมพันธ์กัน คือ

ประการที่ 1 โดยหลักการสำคัญ วินัย ต้องตั้งอยู่บนฐานของธรรม คือ ต้องมีความจริงในธรรมชาติเป็นฐานอยู่ ถ้าไม่มีความจริงในธรรมชาติเป็นฐาน วินัยก็ไม่มีความหมาย

ประการที่ 2 การที่เราจัดวางกฎเกณฑ์ที่เป็นเหตุเป็นผลขึ้นในหมู่มนุษย์ ก็เพื่อให้ได้ตามผลธรรม และมีความมุ่งหมายเพื่อธรรมนั่นเอง กล่าวคือ เพื่อจะให้การทำตามธรรมนั้นเกิดผลเป็นจริงในหมู่มนุษย์ เราจึงได้วางกฎเกณฑ์ของมนุษย์ขึ้นมา พุดให้เข้าใจง่ายขึ้นว่า เพื่อให้เกิดความมั่นใจว่ามนุษย์จะปฏิบัติตามและได้ประโยชน์จากกฎธรรมชาติ หรือใช้กฎธรรมชาติให้เป็นประโยชน์ได้ดีที่สุด เราจึงวางกฎมนุษย์ขึ้นมา

กฎธรรมชาติมีอยู่เป็นธรรมดา ส่วนกฎมนุษย์นั้นเป็นกฎสมมติ สมมติ คือ การตกลงร่วมกัน หรือยอมรับร่วมกัน สมมติ มาจาก “สัง” + “มติ” มติ แปลว่า การยอมรับ หรือการตกลง “สัง” แปลว่า ร่วมกัน “สมมติ” จึงมีความหมายว่า ข้อตกลงร่วมกัน ตรงกับภาษาอังกฤษว่า Convention ในที่นี้ ขอยกตัวอย่างมาพอสังเขปเพื่อให้เราเข้าใจตรงกัน อันจะนำไปสู่การพัฒนาารูปแบบและกลไกการเสริมสร้างวินัยนักเรียนในสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน ตามแนวคิด “วินัย สร้างคนดี”

ขั้นตอนการนำรูปแบบการส่งเสริมวินัยนักเรียนลงสู่การปฏิบัติในโรงเรียน

การส่งเสริมวินัยนักเรียนจะประสบผลสำเร็จได้ ตัวนักเรียนเองจะต้องเป็นผู้ที่เห็นความสำคัญ และมีความศรัทธา โดยเชื่อว่าเมื่อมีวินัยในตนเองแล้ว จะเป็นผู้ที่ดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมีความสุข มีความสุข และการที่จะผลักดันให้สิ่งเหล่านั้นเกิดกับนักเรียนจำเป็นที่โรงเรียนจะต้องมีกลุ่มคนที่สามารถเป็นผู้นำและคอยเป็นกลไกสนับสนุนให้กับนักเรียนทุกคนในโรงเรียน

สิ่งแรกที่จะต้องดำเนินการ คือ การให้มี คณะกรรมการวินัยนักเรียน ในโรงเรียน เพื่อช่วยขับเคลื่อนให้กระบวนการส่งเสริมวินัยนักเรียนเกิดขึ้นในโรงเรียนอย่างยั่งยืน ซึ่งคณะกรรมการนักเรียนในระยะการทดลองใช้นี้ แต่งตั้งโดยความเห็นชอบจากคณะกรรมการสถานศึกษาขั้นพื้นฐานนั้น ๆ

คณะกรรมการวินัยนักเรียนประกอบด้วย

1. ผู้อำนวยการโรงเรียน
2. ผู้บริหารโรงเรียนระดับรองที่ได้รับมอบหมาย จำนวน 1 คน
3. ตัวแทนครู (ซึ่งในปีการศึกษานี้ เป็นครูที่เข้าร่วมโครงการค่ายผู้นำทำวินัยเมื่อวันที่ 2 – 4 พ.ค. 60)
4. ตัวแทนนักเรียน (ซึ่งในปีการศึกษานี้ เป็นนักเรียนที่เข้าร่วมโครงการค่ายผู้นำทำวินัยเมื่อ วันที่ 2 – 4 พ.ค. 60) และแต่งตั้งหัวหน้าชั้น ม.1 – ม. 3 โดยหัวหน้าห้องทุกห้องเรียนต้องเป็นคณะกรรมการวินัยนักเรียน
5. ตัวแทนผู้ปกครองจำนวน 6 คน (ชั้นละ 2 คน)
6. ตัวแทนชุมชนอย่างน้อย 3 คน ประกอบด้วย ตัวแทนจากการปกครองส่วนท้องถิ่น ผู้นำชุมชน และเจ้าหน้าที่ตำรวจในพื้นที่

หน้าที่ของคณะกรรมการวินัยนักเรียน

1. มอบหมายหน้าที่รับผิดชอบในส่วนที่เกี่ยวข้องให้ชัดเจน นำไปปฏิบัติ ในการสอดส่องดูแล กำกับ ติดตามและช่วยประสานงาน ในกรณีมีความผิดปกติ หรือพบเห็นนักเรียน หรือผู้คนที่ในพื้นที่ ที่ส่อไปในทาง ทำให้นักเรียนเสียวินัย
2. การประชุมอย่างน้อยสองครั้งต่อภาคการศึกษา เพื่อรับทราบแนวทางการดำเนินการตามรูปแบบ และประชุมเพื่อสรุปผลการดำเนินงานในการพัฒนาวินัยนักเรียนของโรงเรียน
3. จัดทำรายงานการประชุมเสนอผลการดำเนินการต่อประธานกรรมการ อันประกอบด้วย จุดอ่อน จุดแข็งและข้อเสนอแนะ เพื่อนำผลดังกล่าวมาใช้ปรับปรุงรูปแบบให้มีความครอบคลุม ถูกต้องเป็นประโยชน์ และมีความเหมาะสมสูงสุด ทั้งนี้เพื่อการมีส่วนร่วมในการส่งเสริมและพัฒนาวินัยนักเรียน

รูปแบบและกลไกในการส่งเสริมวินัยนักเรียน

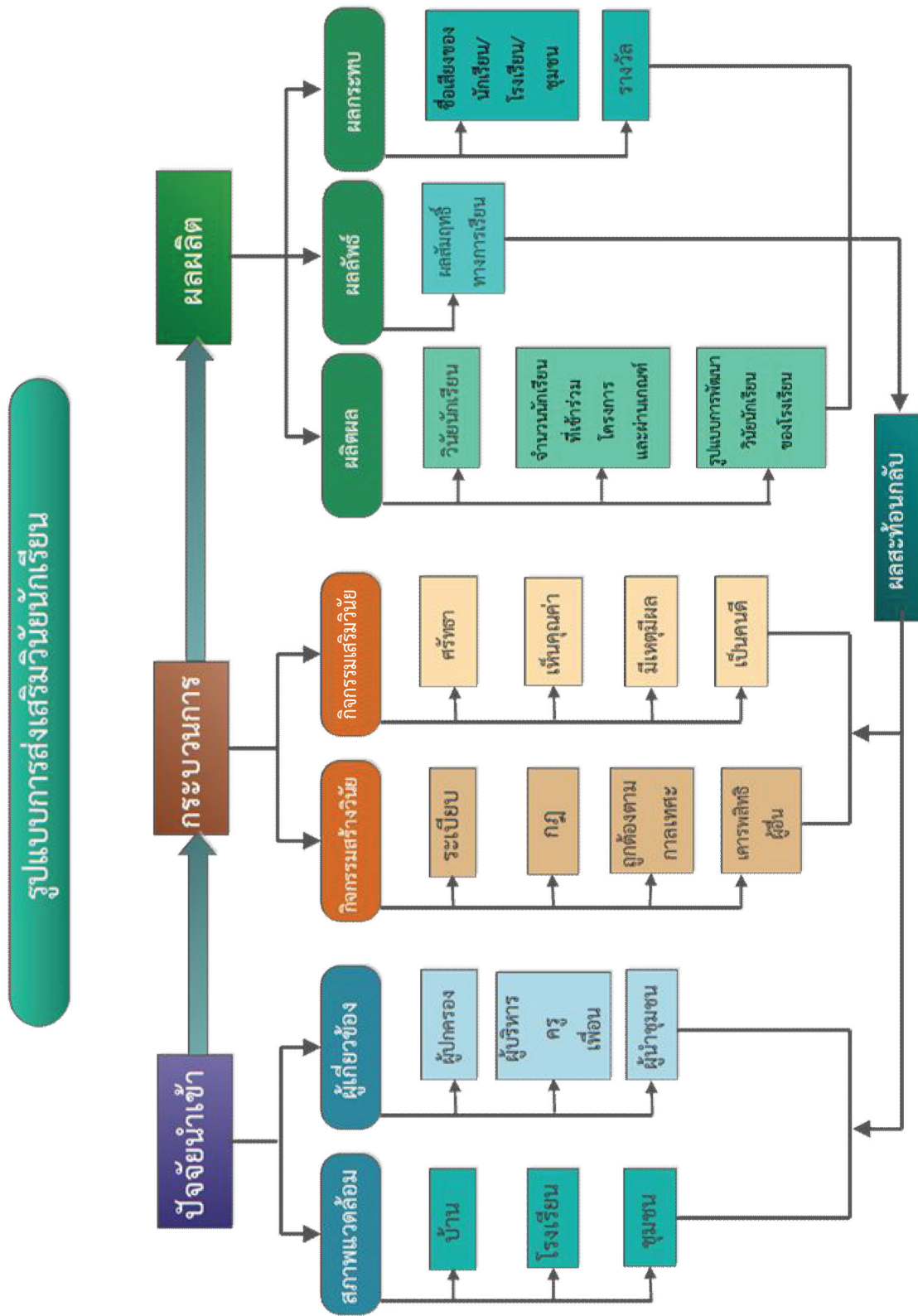
รูปแบบและกลไกในการส่งเสริมวินัยนักเรียน ประกอบด้วย กิจกรรม กลไก และองค์ประกอบ อันประกอบด้วยมิติของระบบ 3 ประการคือ ปัจจัยนำเข้า กระบวนการ และผลการดำเนินงาน ซึ่งอธิบายได้พอสังเขป ดังนี้

ปัจจัยนำเข้า ประกอบด้วย สภาพแวดล้อม ซึ่งได้แก่ บ้าน โรงเรียน ชุมชน และผู้เกี่ยวข้อง ได้แก่ ผู้ปกครอง ผู้บริหาร ครู เพื่อนและผู้นำชุมชน

กระบวนการ ประกอบด้วย กิจกรรมสร้างวินัยตามองค์ประกอบ ได้แก่ การปฏิบัติตามระเบียบ การทำตามกฎ การวางตนให้ถูกต้องตามกาลเทศะ การรู้จักเคารพสิทธิของผู้อื่นและกิจกรรมเสริมวินัย การสร้างให้เกิดความศรัทธา เห็นคุณค่า มีเหตุมีผลและเป็นคนดี

ผลการดำเนินงาน คือ ผลผลิต ประกอบด้วย วินัยนักเรียน จำนวนนักเรียนที่เข้าร่วมโครงการ และผ่านเกณฑ์สุดท้าย ได้รู้รูปแบบการพัฒนาวินัยนักเรียนของโรงเรียน **ผลลัพธ์** ได้แก่ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ของนักเรียน **ผลกระทบ** ได้แก่ ชื่อเสียงของนักเรียน โรงเรียน และการได้รับรางวัล

รูปแบบการส่งเสริมวินัยนักเรียนที่จะนำไปประยุกต์ใช้กับโรงเรียนนำร่องทั้ง 5 โรงเรียน



นิยามและความหมายของคำที่นำมาใช้

ปัจจัยนำเข้า ประกอบด้วย สภาพแวดล้อม ซึ่งได้แก่ บ้าน โรงเรียน ชุมชน และผู้เกี่ยวข้อง ได้แก่ ผู้ปกครอง ผู้บริหาร ครู เพื่อนและผู้นำชุมชน

บ้าน หมายถึง บิดา มารดา ญาติ พี่น้อง ครอบครัวที่อาศัยอยู่ด้วยกัน และสามารถเป็นกัลยาณมิตรในการช่วยเหลือ แนะนำให้นักเรียนเป็นผู้ที่มีวินัยทุกด้าน

โรงเรียน หมายถึง สถาบันที่นักเรียนศึกษาหาความรู้ในปัจจุบัน ซึ่งในสถานศึกษามีนโยบายที่มุ่งเน้นส่งเสริมให้นักเรียนเป็นผู้มีวินัยทุกด้านอย่างชัดเจนและเป็นรูปธรรม

ชุมชน หมายถึง วัด หน่วยงานทั้งภาครัฐและเอกชนในพื้นที่ ผู้นำชุมชน และผู้ที่อาศัยอยู่ในชุมชนนั้น ที่ให้การช่วยเหลือโรงเรียน ขับเคลื่อนกิจกรรมส่งเสริมวินัยนักเรียน ในด้านการสอดส่องดูแลขณะที่นักเรียนอยู่นอกโรงเรียน และเป็นส่วนหนึ่งของคณะกรรมการวินัยนักเรียน

ผู้ปกครอง หมายถึง บิดา มารดา หรือผู้ที่มีหน้าที่ดูแลนักเรียนแทนบิดา มารดา ที่ให้การช่วยเหลือ แนะนำนักเรียนให้เป็นผู้มีวินัยทุกด้าน และตัวแทนผู้ปกครองคนอื่น ๆ ที่เป็นคณะกรรมการวินัยนักเรียน

ผู้บริหาร หมายถึง ผู้อำนวยการ รองผู้อำนวยการ หรือผู้ที่ได้รับมอบหมายหน้าที่จากผู้อำนวยการ ให้ทำหน้าที่บริหารงานภายในโรงเรียน ซึ่งได้รับมอบหมายให้ดูแลนักเรียนและครูในการขับเคลื่อนกิจกรรมส่งเสริมวินัย เป็นคณะกรรมการวินัยนักเรียนตามตำแหน่ง

ครู หมายถึง ผู้ที่ทำหน้าที่สอนในคาบเรียน ทำหน้าที่เป็นครูที่ปรึกษา ครูฝ่ายปกครอง ครูเวรในแต่ละวัน ซึ่งครูทุกท่านต้องเป็นกัลยาณมิตร มีบทบาทในการขับเคลื่อนกิจกรรมส่งเสริมวินัยนักเรียน แตกต่างกันไปตามบริบทของกิจกรรมนั้น ๆ และได้รับการแต่งตั้งให้เป็นคณะกรรมการวินัยนักเรียน

เพื่อน หมายถึง ผู้นำวินัยนักเรียน หัวหน้าชั้นเรียน และผู้ที่เรียนอยู่ในโรงเรียน ที่คอยเป็นกัลยาณมิตร แนะนำ ตักเตือน เมื่อเพื่อนทำผิด และช่วยกันฝึกฝนทั้งตนเองและเพื่อนให้มีวินัย และได้รับการแต่งตั้งให้เป็นคณะกรรมการวินัยนักเรียน

ผู้นำชุมชน หมายถึง ผู้ที่ได้รับการยอมรับจากชุมชนให้ช่วยดูแลคนในชุมชน และสามารถช่วยเหลือดูแล แนะนำนักเรียนให้มีวินัย เมื่ออยู่ภายนอกโรงเรียน และได้รับการแต่งตั้งให้เป็นคณะกรรมการวินัยนักเรียน

กระบวนการ ประกอบด้วย กิจกรรมสร้างวินัยตามองค์ประกอบ ได้แก่ การปฏิบัติตามระเบียบ การทำตามกฎ การวางตนให้ถูกต้องตามกาลเทศะ การรู้จักเคารพสิทธิของผู้อื่นและกิจกรรมเสริมวินัย การสร้างให้เกิดความศรัทธา เห็นคุณค่า มีเหตุมีผลและเป็นคนดี

คำอธิบายรูปแบบการส่งเสริมวินัยนักเรียน

ปัจจัยนำเข้า (Input) การส่งเสริมวินัยนักเรียนมีกลไกสำคัญที่จะนำไปสู่ความสำเร็จตามรูปแบบการส่งเสริมให้นักเรียนมีวินัย ประกอบด้วย สภาพแวดล้อม กล่าวคือ บ้าน ได้แก่ ผู้ปกครองนักเรียนต้องให้ความร่วมมือเป็นอย่างดีในการประสานงานกับโรงเรียน ได้แก่ ครู ผู้บริหาร ในการแจ้งข่าวสารที่ได้พบเห็นพฤติกรรมของนักเรียนที่ไม่พึงประสงค์ ในส่วนของชุมชนที่มีทั้งพระ ผู้นำชุมชน และเจ้าหน้าที่บ้านเมือง ได้แก่ ตำรวจหรือเจ้าหน้าที่ด้านการรักษาความสงบ เข้ามามีส่วนร่วมในการดูแลนักเรียนในพื้นที่ใกล้เคียงโรงเรียน การประสานและช่วยเหลือในการเฝ้าระวังนักเรียนกระทำความผิดนอกโรงเรียน ทั้งในเวลาเรียนและนอกเวลาเรียน โดยการมีส่วนร่วมอาจเป็นการเข้ามามีส่วนร่วมเป็นคณะกรรมการโรงเรียน หรืออาจกำหนดเป็นกรรมการวินัยนักเรียนที่จะช่วยกันกดดันความมีวินัยของนักเรียนให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

กระบวนการ ประกอบด้วย กิจกรรมสร้างวินัยตามองค์ประกอบ ได้แก่ การปฏิบัติตามระเบียบ การปฏิบัติตามกฎของโรงเรียน การรู้จักกาลเทศะ การรู้จักเคารพสิทธิของผู้อื่นและกิจกรรมเสริมวินัย การสร้างให้เกิดความศรัทธา เห็นคุณค่า มีเหตุผลและเป็นคนดี กล่าวคือ

การปฏิบัติตนตามระเบียบ หมายถึง การปฏิบัติตนตามระเบียบของนักเรียนเกี่ยวกับการแต่งกาย การไว้ทรงผม การเข้าห้องเรียน การปฏิบัติตนทั้งในและนอกโรงเรียน การปฏิบัติตนขณะที่อยู่ในห้องเรียน หรือในเวลาเรียน การดูแลรักษาความสะอาดของห้องเรียน การสร้างความรัก ความผูกพันภายในโรงเรียน การนำอุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์มาโรงเรียน การนำยานพาหนะมาโรงเรียน การปฏิบัติตนตามกฎหมายจราจรอย่างเคร่งครัด เพื่อความปลอดภัย การขออนุญาตออกนอกบริเวณโรงเรียนหรือกลับบ้านก่อนเวลาเลิกเรียน การรับประทาน อาหาร การพักกลางวัน การลาป่วย ลากิจ และการช่วยกันดูแลรักษาความสะอาดห้องเรียน บริเวณโรงเรียน ให้สวยงามและปลอดภัย

การปฏิบัติตามกฎของโรงเรียน หมายถึง การปฏิบัติตนของนักเรียนตามกฎหมายของโรงเรียนเกี่ยวกับการตรงต่อเวลา การเชื่อฟังคำสั่งสอนของผู้ใหญ่ การมีสัมมาคารวะต่อผู้ใหญ่ การใช้ห้องเรียนหรือห้องประกอบการ การมีมารยาทในขณะที่ครูทำการสอน การนำอาหารมารับประทานในห้องเรียน การเล่นให้เป็นเวลา การปฏิบัติตนในชั่วโมงเรียน การเดินเมื่อเปลี่ยนห้องเรียน การไม่นำสิ่งที่เป็นอันตรายเข้ามาในโรงเรียน การไม่ยุ่งเกี่ยวกับอบายมุขทุกชนิด การไม่นำอุปกรณ์ เครื่องเล่น เกม หรือสิ่งที่เป็นไปเพื่อความบันเทิงเข้ามาในโรงเรียน และการรักษาความปลอดภัยที่อาจเกิดจากบุคคลภายนอก

การรู้จักกาลเทศะ หมายถึง การวางตนให้ถูกต้องในเรื่องการแต่งกาย การพูด การมีความเกรงใจผู้อื่น การรู้จักให้เกียรติผู้อื่น การแสดงความขอบคุณ หรือขอโทษได้อย่างเหมาะสม การมีมารยาทในการทักทายให้เหมาะสมกับบุคคล การมีกิริยามารยาทที่อ่อนน้อม วางตัวให้เหมาะสมกับเวลา บุคคล การรู้จักวางตนให้เหมาะสม รู้จักเด็ก รู้จักผู้ใหญ่ การมีมารยาทในการยืนให้ถูกต้องเหมาะสมกับโอกาสและบุคคล การมีมารยาทในการเดิน การมีมารยาทในการนั่ง การมีมารยาทในห้องเรียน หรือห้องประชุม การมีมารยาทในการรับประทานอาหาร และการมีมารยาทบนรถโดยสารประจำทาง

การเคารพสิทธิของผู้อื่น หมายถึง การรู้จักยอมรับฟังความคิดเห็นและสิทธิของเพื่อนและผู้อื่นในเรื่องการพูด การฟัง การรู้จักรอคอย การไม่ส่งเสียงดังจนเป็นที่รบกวนเพื่อนหรือผู้อื่น การระลึกถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล การยอมรับและทำตามกฎ ข้อบังคับของโรงเรียนหรือสังคม เพื่อไม่ให้ผู้อื่นเดือดร้อน การไม่แอบอ้างใช้สิทธิของเพื่อนหรือผู้อื่น เพื่อผลประโยชน์ของตนเอง และการไม่หยับหรือใช้อุปกรณ์หรือทรัพย์สินสมบัติของเพื่อนหรือผู้อื่นโดยไม่ได้รับอนุญาต

การสร้างให้เกิดความศรัทธาในตนเอง หมายถึง การสร้างให้เกิดความศรัทธาในตนเองมีความสำคัญยิ่ง ถ้าบุคคลจะทำได้สิ่งหนึ่งโดยไม่มีศรัทธาจะไม่ประสบผลสำเร็จ ฉะนั้น การที่จะทำให้นักเรียนเป็นผู้ที่มีวินัยในทุกด้าน จำเป็นที่เราจะต้องให้แนวคิดหรือปลูกฝังความคิด ให้เห็นความสำคัญของการมีวินัย เป็นการพูดย้ำ ซ้ำ เตือน บอก โดยครูต้องเป็นกัลยาณมิตรที่ดี ต้องให้คำชมเชย ละเว้นการตำหนิ หรือพูดเสียดสี เพราะคำเหล่านั้นไม่ทำให้เกิดความศรัทธา มีแต่จะทำให้เกิดภาพลบต่อการทำตามระเบียบ โดยบูรณาการกับรูปแบบกิจกรรมที่ให้นักเรียนปฏิบัติในแต่ละวันที่กำหนดไว้ โดยต้องมีการปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง

การทำให้เห็นคุณค่าในตนเอง หมายถึง การปฏิบัติตนตามกิจกรรมต่าง ๆ ซึ่งกำหนดเป็นรูปแบบที่ให้ปฏิบัติในแต่ละวันทั้งภายในและภายนอกโรงเรียน โดยต้องมีการปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง ซึ่งมีครูและผู้นำวินัยนักเรียนเป็นกัลยาณมิตรที่คอยกระตุ้นเตือนสติ แนะนำ ช่วยเหลือ ไม่ให้นักเรียนเผลอทำผิดต่อระเบียบ กฎเกณฑ์ที่ร่วมกันกำหนดไว้ ถ้านักเรียนปฏิบัติได้ตามนั้น จะส่งผลให้นักเรียนเป็นผู้ที่มีบุคลิกดี สุขุม ตั้งใจเรียน ทำให้ได้รับคำชมเชยจากคนรอบข้าง สิ่งเหล่านี้จะทำให้มีความภาคภูมิใจและเห็นคุณค่าในตัวเอง แต่ย้ำว่า นักเรียนต้องปฏิบัติให้เป็นนิสัย ให้เคยชิน

ผลผลิตของรูปแบบการเสริมสร้างวินัย ประกอบด้วย วินัยนักเรียนที่เกิดขึ้นในตัวนักเรียน กลุ่มเป้าหมาย จำนวนนักเรียนที่เข้าร่วมโครงการและผ่านเกณฑ์การมีวินัย สุดท้าย ได้รูปแบบการพัฒนาวินัยนักเรียนของโรงเรียน

ผลลัพธ์ของรูปแบบเป็นผลที่เกิดขึ้นจากการมีวินัยของนักเรียน ซึ่งการที่นักเรียนมีวินัยจะก่อให้เกิดสมาธิ ความตั้งใจในการเรียน มุ่งมั่นในการทำความดี สิ่งดี ๆ ผลที่เกิดขึ้นที่ตามมา ได้แก่ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนที่มีพัฒนาการที่ดีขึ้น

ผลกระทบจากการดำเนินการพัฒนาวินัย นักเรียนเกิดวินัยทั้งโรงเรียนก่อให้เกิดผลดีต่อตนเอง ที่ทำให้การเรียนดีขึ้น ตัวนักเรียนเองจะได้รับการยอมรับ เช่น ระดับบุคคล นักเรียนมีชื่อเสียงของนักเรียนเอง โรงเรียนมีชื่อเสียงเป็นโรงเรียนตัวอย่าง โรงเรียนต้นแบบ และอาจนำไปสู่การรับผลตอบแทน และการได้รับรางวัลในระดับต่าง ๆ

คู่มือการเสริมสร้างวินัยนักเรียน
ในสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน
ด้านการปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะและเคารพสิทธิผู้อื่น

ส่วนที่ 1 องค์ประกอบ/ตัวบ่งชี้ ของวินัยในแต่ละด้าน

องค์ประกอบ/ตัวบ่งชี้ ของวินัยในแต่ละด้านตามข้อตกลงที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ แบ่งเป็นองค์ประกอบวินัย 4 ด้าน ซึ่งในแต่ละด้านประกอบด้วยตัวบ่งชี้ต่าง ๆ รวม 54 ข้อ ได้แก่ ด้านการปฏิบัติตามระเบียบ 15 ข้อ ด้านการปฏิบัติตามกฎของโรงเรียน 13 ข้อ ด้านการวางตนให้ถูกต้องตามกาลเทศะ 14 ข้อ และด้านการเคารพสิทธิของผู้อื่น 12 ข้อ ดังรายละเอียดในตาราง ต่อไปนี้

1. ด้านการปฏิบัติตามระเบียบ 15 ข้อ

ลำดับที่	องค์ประกอบ/ตัวบ่งชี้
1.1	ระเบียบเกี่ยวกับการแต่งกายของนักเรียน
1.2	ระเบียบเกี่ยวกับทรงผมของนักเรียนทั้งชายและหญิง
1.3	ระเบียบเกี่ยวกับเวลามาโรงเรียนและการเข้าแถวเคารพธงชาติ
1.4	ระเบียบการเข้าห้องเรียนเมื่อนักเรียนมาสาย
1.5	ระเบียบเกี่ยวกับการปฏิบัติตนทั้งในและนอกโรงเรียน
1.6	ระเบียบเกี่ยวกับการปฏิบัติตนขณะที่อยู่ในห้องเรียน หรือในเวลาเรียน
1.7	ระเบียบเกี่ยวกับการดูแลรักษาความสะอาดของห้องเรียน
1.8	ระเบียบเกี่ยวกับการสร้างความรัก ความผูกพัน ภายในโรงเรียน
1.9	ระเบียบเกี่ยวกับการนำอุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์มาโรงเรียน
1.10	ระเบียบเกี่ยวกับการนำยานพาหนะมาโรงเรียน
1.11	ระเบียบเกี่ยวกับการปฏิบัติตามกฎจราจรอย่างเคร่งครัดเพื่อความปลอดภัย
1.12	ระเบียบในการขออนุญาตออกนอกบริเวณโรงเรียนหรือกลับบ้าน ก่อนเวลาเลิกเรียน
1.13	ระเบียบในการรับประทานอาหาร, การพักกลางวัน
1.14	ระเบียบเกี่ยวกับการลาป่วย - ลากิจ
1.15	ระเบียบเกี่ยวกับการช่วยกันดูแลรักษาความสะอาดห้องเรียน บริเวณโรงเรียน ให้สวยงามและปลอดภัย

2. ด้านการปฏิบัติตามกฎของโรงเรียน 13 ข้อ

ลำดับที่	องค์ประกอบ/ตัวบ่งชี้
2.1	กฎของการตรงต่อเวลา
2.2	กฎของการเชื่อฟังคำสั่งสอนของผู้ใหญ่
2.3	กฎของการมีสัมมาคารวะต่อผู้ใหญ่
2.4	กฎของการใช้ห้องเรียน หรือห้องประกอบการ
2.5	กฎของการมีมารยาทในขณะที่ครูทำการสอน
2.6	กฎของการนำอาหารมารับประทานในห้องเรียน
2.7	กฎของการเล่นให้เป็นเวลา
2.8	กฎของการปฏิบัติตนในชั่วโมงเรียน
2.9	กฎของการเดินเมื่อเปลี่ยนห้องเรียน
2.10	กฎของการไม่นำสิ่งที่เป็นอันตรายเข้ามาในโรงเรียน
2.11	กฎของการไม่ยุ่งเกี่ยวกับอบายมุขทุกชนิด
2.12	กฎของการไม่นำอุปกรณ์ เครื่องเล่น เกม หรือสิ่งที่เป็นไปเพื่อความบันเทิงเข้ามาในโรงเรียน
2.13	กฎของการรักษาความปลอดภัยที่อาจเกิดจากบุคคลภายนอก

3. ด้านการวางตนให้ถูกต้องตามกาลเทศะ 14 ข้อ

ลำดับที่	องค์ประกอบ/ตัวบ่งชี้
3.1	การแต่งกายให้เหมาะสมตามกาลเทศะ
3.2	การพูดได้ถูกต้องตามกาลเทศะ
3.3	การมีความเกรงใจผู้อื่น
3.4	การรู้จักให้เกียรติผู้อื่น
3.5	การรู้จักกาลเทศะในการแสดงความขอบคุณ หรือขอโทษ ได้อย่างเหมาะสม
3.6	การมีมารยาทในการทักทาย ให้เหมาะสมกับบุคคล
3.7	การมีกิริยามารยาทที่อ่อนน้อม วางตัวให้เหมาะสมกับเวลา บุคคล
3.8	การรู้จักวางตนให้เหมาะสม รู้จักเด็ก รู้จักผู้ใหญ่
3.9	การมีมารยาทในการยืน ให้ถูกต้องเหมาะสมกับโอกาสและบุคคล
3.10	การมีมารยาทในการเดิน
3.11	การมีมารยาทในการนั่ง
3.12	การมีมารยาทในห้องเรียน หรือห้องประชุม
3.13	การมีมารยาทในการรับประทานอาหาร
3.14	การมีมารยาทบนรถโดยสารประจำทาง

4. ด้านการเคารพสิทธิของผู้อื่น 12 ข้อ

ลำดับที่	องค์ประกอบ/ตัวบ่งชี้
4.1	การรู้จักยอมรับฟังความคิดเห็นของเพื่อนและผู้อื่น
4.2	สิทธิในการพูดที่ต้องไม่พูดไปรบกวนคนอื่นที่กำลังเรียนหรือต้องการความสงบ
4.3	สิทธิการฟังเพลงที่ไม่เปิดเสียงดังจนคนอื่นรำคาญ
4.4	การไม่นำความลับของเพื่อนหรือผู้อื่นมาเปิดเผยโดยไม่ได้รับอนุญาต
4.5	การรู้จักรอคอย ไม่แซงคิวเพื่อนหรือผู้อื่น
4.6	การไม่ส่งเสียงดังจนเป็นที่รบกวนเพื่อนหรือผู้อื่นในขณะที่เรียนหรือฟังประชุม หรือในที่สาธารณะ
4.7	การระลึกถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล ไม่พูดหรือแสดงท่าทางให้เพื่อนหรือผู้อื่นเสียใจหรือเสียใจ
4.8	การไม่พูดหรือกล่าวถึงปมด้อยของเพื่อนหรือผู้อื่น อันจะทำให้ผู้อื่นอับอายหรือเสียหาย
4.9	การยอมรับและทำตามกฎ ข้อบังคับ ของโรงเรียนหรือสังคม เพื่อไม่ให้ผู้อื่นเดือดร้อน
4.10	การไม่แอบอ้างใช้สิทธิของเพื่อนหรือผู้อื่น เพื่อผลประโยชน์ของตน
4.11	การไม่หยิบหรือใช้อุปกรณ์หรือทรัพย์สินของเพื่อนหรือผู้อื่นโดยไม่ได้รับอนุญาต
4.12	การไม่แย่งพูด หรือพูดสอดแทรกขณะที่เพื่อนหรือผู้อื่นกำลังพูด

“วินัย ใคร ๆ ก็ทำได้”

ชวนกันทำตามกิจกรรมส่งเสริมวินัย

วินัยที่เราจะทดลองปฏิบัติและประเมินตนเองในปีการศึกษานี้ มีอยู่ 4 ด้าน ได้แก่ ด้านการปฏิบัติตามระเบียบ ด้านการปฏิบัติตามกฎของโรงเรียน ด้านการวางตนให้ถูกต้องตามกาลเทศะและด้านการเคารพสิทธิของผู้อื่น ซึ่งแต่ละด้านมีตัวบ่งชี้ที่ไม่แตกต่างกันมากนัก เราลองมาดูกันว่า เราจะทำอย่างไรบ้างในแต่ละวันตามระเบียบและกฎเกณฑ์ที่เราหรือมนุษย์ สร้างขึ้นมา เพื่อตัวเราเอง

ส่วนที่ 2 กิจกรรมและกลไกสร้างเสริมวินัยนักเรียน

กิจกรรมและกลไกสร้างเสริมวินัยนักเรียน ในความเป็นจริง สิ่งเหล่านี้เราทำกันอยู่แล้ว เพียงแต่เรายังไม่ได้ใส่ใจกับมันว่าเป็นสิ่งสำคัญ จึงไม่ได้นำมาจัดลำดับความสำคัญ ต่อไปนี้เรามาตั้งสติให้ดี แล้วระลึกดูว่า คนที่มีระเบียบวินัยในชีวิตแล้ว ส่วนใหญ่จะประสบผลสำเร็จ มีชีวิตที่บริบูรณ์ ลองนึกดูสิ ว่ามีใครบ้างที่เรารู้จัก ถ้าให้ชัดเจนที่สุด “พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช” ที่ทุกคนบอกว่าอยากตามรอยพ่อแล้วก็ยังมีอีกหลาย ๆ คนที่เป็นคนสำคัญของประเทศมากมาย และก็มีตัวอย่างอีกหลาย ๆ ตัวอย่างของคนที่ไม่ม่ระเบียบ กฎเกณฑ์ในชีวิต ที่ล้มเหลว กว่าความรู้สึกตัวก็สายเสียแล้ว เราอยากเป็นคนประเภทไหน

“ไม่ต้องเก่งก็ประสบผลสำเร็จได้ถ้ามีวินัยในตัวเอง”

1. กิจกรรมและกลไกการเสริมสร้างวินัยนักเรียนระดับบุคคล (เท่าที่ อย่างมีสไตล์ ด้วยวินัยในตัวเอง)

ลำดับ	กิจกรรม	กลไกในการดำเนินการ
กิจกรรมเสริมวินัย นอกห้องเรียน		
1.	นักเรียนมาถึงโรงเรียน หุตุยืนตรงเพื่อทำความเคารพครูเวรหน้าประตู ก่อนเดินเข้าโรงเรียน (ระหว่างหุตุยืน ครูเวรรับการทำความเคารพจากนักเรียนด้วยกิริยาที่สรวม พร้อมสำรวจนักเรียนให้ทั่ว ทั้งการแต่งกาย สีหน้าท่าทาง) นักเรียนหุตุยืนด้วยความตั้งใจ (ทำความรู้สึกตัวด้วยการระลึกรู้ลมหายใจ)	นักเรียน, ครูเวร, นักเรียนผู้นำวินัย
2.	นักเรียนเดินเข้าโรงเรียนด้วยกิริยาที่สรวมเล็กน้อย (ไม่ถึงกับเกร็งเกินไป) แต่เป็นการแสดงความเคารพสถานศึกษาและให้เกียรติตนเอง - นำกระเป๋าไปเก็บในห้องเรียน (หรือแล้วแต่สถานศึกษากำหนด) หลังจากนั้นจึงไปรับประทานอาหาร (สำหรับผู้ที่ไม่ได้รับประทานอาหารเข้ามาโรงเรียน)	นักเรียน, นักเรียนผู้นำวินัย
3.	ปฏิบัติตามกิจ หรืออาจมีกิจกรรมตามที่สถานศึกษากำหนด เช่น ทำความสะอาดห้องเรียน บริเวณโรงเรียน หรืออื่น ๆ	นักเรียน, นักเรียนผู้นำวินัย
4.	ก่อนเคารพธงชาติ นักเรียนเข้าห้องเรียนหรือจุดที่ครู-อาจารย์ที่ปรึกษานัดพบ - พูดคุยถึงเรื่องข้อปฏิบัติต่าง ๆ เพื่อเป็นข้อตกลงในการสร้างวินัยให้เกิดขึ้นกับตนเอง (โดยเน้นที่การปลูกฝังให้นักเรียนมีความศรัทธาและเชื่อมั่นว่า การเป็นผู้ที่มีวินัยจะทำให้ตนเองมีความสง่างาม เป็นที่นาชื่นชมของคนรอบข้าง) อาจมีการยกตัวอย่าง หรือชื่นชมนักเรียนที่ปฏิบัติตนดี และได้รับคำชมเชยจากผู้อื่น - ทบทวนเนื้อหาบทเรียนในแต่ละวิชา (ซึ่งนักเรียนควรช่วยกันจัดตารางไว้ว่า จะอ่านหรือทบทวนวิชาอะไร) เป็นการช่วยเหลือกันระหว่างคนเก่งกับคนอ่อน (หรือกิจกรรมที่สถานศึกษากำหนด)	นักเรียน, ครูที่ปรึกษา, นักเรียนผู้นำวินัย
5.	การเตรียมตัวไปเข้าแถวเคารพธงชาติ โดยการเข้าแถวก่อน แล้วเดินไปเป็นแถวด้วยความตั้งใจ (ก่อนเดินทำความรู้สึกตัวด้วยการระลึกรู้ลมหายใจ) การเคารพธงชาติ ปฏิบัติตามนโยบายของโรงเรียน	นักเรียน, ครูที่ปรึกษา, นักเรียนผู้นำวินัย
6.	หลังเคารพธงชาติ มีกิจกรรมทำสมาธิ กำหนดลมหายใจ ผีกลสตรระลึกรู้ (อาจใช้เวลา 1 – 2 นาที) ปฏิบัติในสนามหรือในห้องเรียน (ตามบริบทของโรงเรียน)	นักเรียน, ครูที่ปรึกษา, นักเรียนผู้นำวินัย
7.	การเดินแถวเข้าห้องเรียนด้วยความตั้งใจ (เน้นการรู้สึกตัว ระลึกรู้ลมหายใจ) ในขณะที่เดินแถวเพื่อความเป็นระเบียบเรียบร้อย และเตรียมการเข้าสู่การเรียนในคาบแรก (อย่างมีสติ)	นักเรียน, ครูที่ปรึกษา, นักเรียนผู้นำวินัย

ลำดับ	กิจกรรม	กลไกในการดำเนินการ
กิจกรรมเสริมวินัยในห้องเรียน		
8.	เมื่อนักเรียนเดินเข้าไปในห้องเรียน ทุกคนควรสงบและสำรวม เตรียมพร้อมเข้าสู่การเรียนรู้ เมื่อถึงที่นั่งของตัวเอง วางกระเป๋าแล้วฝึกรู้สึกตัวเล็กน้อย โดยการหายใจลึก ๆ ไม่จำเป็น ต้องเกร็งมาก ทำตามสบาย และไม่ควรพูดเสียงดังแล้ว เพื่อเตรียมกิจกรรมในลำดับต่อไป	นักเรียน, ครูที่ปรึกษา, นักเรียนผู้นำวินัย
9.	กิจกรรมโฮมรูม พบอาจารย์ที่ปรึกษา และผู้นำวินัย นักเรียนกล่าวคำปฏิญาณตน เพื่อระลึกถึง การมีวินัยในตัวเองเป็นประจำทุกวัน “ข้าพเจ้า เป็นผู้มีวินัยในตนเองปฏิบัติ ตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะ และเคารพสิทธิของผู้อื่น”	นักเรียน, ครูที่ปรึกษา, นักเรียนผู้นำวินัย
10.	เริ่มเรียนคาบแรก หัวหน้าห้อง นำสมุดบันทึกรายคาบเรียนมาเช็คชื่อเพื่อนที่เรียนในแต่ละคาบ (สมุดบันทึก หัวหน้าห้องไปรับมาก่อนเรียนคาบแรก) โดยให้ครู-อาจารย์ ที่สอนเซ็นชื่อกำกับ ในสมุดทุกคาบเรียน	นักเรียน, ครูผู้สอน, นักเรียนผู้นำวินัย
11.	ในขณะที่เรียนแต่ละคาบ นักเรียนตั้งใจเรียน เคารพครู – อาจารย์ที่สอน ไม่พูดสอดแทรก ขณะที่ครู – อาจารย์กำลังอธิบาย เมื่อไม่เข้าใจ ควรยกมือก่อนแล้วค่อยถามหรือพูด	นักเรียน, ครูผู้สอน, นักเรียนผู้นำวินัย
12.	หมดคาบเรียน นักเรียนเก็บสมุด – หนังสือ ใส่กระเป๋าให้เรียบร้อย หัวหน้าห้อง หรือครู – อาจารย์ที่สอน เตือนนักเรียนให้นั่งสงบ ระลึกรู้ลมหายใจ รู้สึกตัว ฝึกสติ จึงค่อยออก นอกห้องเรียนเพื่อเปลี่ยนคาบเรียน (ปฏิบัติเช่นนี้ทุกคาบเรียน)	นักเรียน, ครูผู้สอน, นักเรียนผู้นำวินัย
13.	การเดินเปลี่ยนคาบเรียน เดินเป็นแถว ไม่เล่น หรือหยอกล้อกันในขณะเดิน เดินด้วยความรู้สึกตัว เพื่อให้มีสมาธิในการเรียนวิชาต่อไป อันจะทำให้การเรียนมีประสิทธิภาพ และเป็นการฝึกบุคลิกภาพของตนเองให้ดูดี สวย หล่อ (ปฏิบัติทุกครั้งที่เปลี่ยนคาบเรียน) ทั้งนี้ การเดินให้เป็นไปอย่างธรรมชาติ สบาย ๆ ไม่ต้องเกร็งมาก	นักเรียน, ครูผู้สอน, นักเรียนผู้นำวินัย
14.	การพักรับประทานอาหารกลางวัน ควรรับประทานอาหารในโรงอาหารเท่านั้น และมีมารยาท ในการรับประทานอาหาร ไม่เดินกินขนม หรือเดินไปดื่มน้ำไป อาจเกิดอุบัติเหตุได้ ควรรับประทานอาหาร ให้เสร็จก่อน ค่อยเล่น หรือคุยกัน	นักเรียน, ครูผู้สอน, นักเรียนผู้นำวินัย
15.	เลิกเรียนในคาบสุดท้าย นักเรียนเก็บกระเป๋าเรียบร้อย ก่อนกลับบ้าน ควรนั่งหยุดนิ่ง เพื่อระลึกรู้ลมหายใจ รู้สึกตัว ฝึกสติ ให้รู้ตัวด้วยความตั้งใจก่อนออกจากห้องเรียน	นักเรียน, ครูผู้สอน, นักเรียนผู้นำวินัย

ลำดับ	กิจกรรม	กลไกในการดำเนินการ
กิจกรรมเสริมวินัย นอกโรงเรียน (บ้านและชุมชน)		
16.	ถึงเวลากลับบ้าน ทำความเคารพครูเวรหน้าประตู (ครูเวรสำรวจการแต่งกายของนักเรียน) เพื่อให้เรียบร้อยตั้งแต่ออกจากบ้านจนกลับเข้าบ้าน ซึ่งถือว่าการแต่งกายเรียบร้อย เป็นการให้เกียรติตนเอง ให้เกียรติสถาบัน ทำให้ตัวเองมีบุคลิกดี เท่ๆ ดูดี สวยและหล่อ เป็นที่น่าชื่นชมของผู้ที่พบเห็น	นักเรียน, ครูเวร
17.	การเดินทางกลับบ้าน ควรปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ของโรงเรียน และการจราจร เพื่อความปลอดภัยของตนเองและผู้อื่น	นักเรียน, ชุมชน
18.	กลับถึงบ้าน ถ้าพบผู้ปกครองหรือผู้ใหญ่ที่บ้าน ควรทำความเคารพ เก็บกระเป๋าให้เรียบร้อย เปลี่ยนชุดนักเรียนออกก่อน แล้วจึงปฏิบัติภารกิจหรือทำกิจกรรมประจำวันของตนเอง	นักเรียน, ผู้ปกครองและ ตัวนักเรียนเอง, ชุมชน
19.	ถ้านักเรียนช่วยเหลืองานบ้านเล็ก ๆ น้อย ๆ ผู้ปกครอง พ่อ แม่ จะมีความสุข และภาคภูมิใจในตัวนักเรียน อีกทั้งยังเป็นการแบ่งเบาภาระพ่อแม่ ที่ต้องเหน็ดเหนื่อยกับการทำงานมาทั้งวัน รวมทั้งตัวนักเรียนจะมีความสุขภาคภูมิใจในตนเองเป็นอย่างมาก ที่เป็นคนที่มีคุณค่า	นักเรียน, ผู้ปกครองและ ตัวนักเรียนเอง, ชุมชน
20.	ก่อนนอน ทำการบ้าน หรืออ่านหนังสือ หลังจากนั้น ทบทวนตนเองเล็กน้อย ว่าทำอะไรบ้าง ในแต่ละวัน ไม่ว่าจะเป็นสิ่งที่ดีหรือไม่ดีก็ได้ เพื่อจะได้นำไปปรับปรุงแก้ไขในวันต่อไป แล้วบันทึกข้อความลงในสมุดบันทึก (DD NOTE) สั้น ๆ เพื่อเตือนใจตนเอง แล้วจึงสวดมนต์ กราบพระ ระลึกรู้ลมหายใจ รู้สึกตัว ฝึกสติเพื่อการนอนหลับที่มีคุณภาพ	นักเรียน, ตัวนักเรียนเอง, ผู้ปกครอง

“กิจกรรมตามตาราง 20 ข้อ เราทำทุกวันอยู่แล้ว เพียงแต่ทำอย่างไม่มีสติระลึกรู้ ทำเพราะถูกโรงเรียนบังคับว่าต้องทำ แต่ต่อไปนี่เราจะทำเพื่อตัวเราเอง ทำเพราะรู้ว่า ทำแล้วเกิดประโยชน์กับตัวเรา ไม่ใช่คนอื่นหรือโรงเรียน”

2. กิจกรรมและกลไกการเสริมสร้างวินัยระดับห้องเรียน/สถานศึกษา

1) กิจกรรมเสริมสร้างวินัยประจำสัปดาห์/ประจำเดือน โดยคณะกรรมการวินัยนักเรียน

1.1) กิจกรรมมาทำตามวินัยกันเถอะ โดยการรณรงค์ให้นักเรียนฝึกตนเองตามกิจกรรมประจำวันอย่างต่อเนื่อง ทุกวัน ทุกกิจกรรม

1.2) กิจกรรมท่องคำปฏิญาณตน

ข้าพเจ้า เป็นผู้มีวินัยในตนเอง ด้วยการปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะ เคารพสิทธิของผู้อื่น

1.3) กิจกรรมสำรวจตนเอง สำรวจเพื่อน

(ตรวจสอบรายการ ตามตารางกิจกรรมประจำวันเท่าที่ อย่างมีสไตล์ ด้วยวินัยในตัวเอง)

2) กิจกรรมการประเมิน

2.1) ฉันทิมีวินัยในระดับไหน โดยนักเรียนผู้นำวินัยและคณะกรรมการวินัยนักเรียน

2.2) กิจกรรมการประเมินระดับโรงเรียน จากคณะกรรมการกลางวินัยนักเรียน

(ตามกระบวนการทดลองใช้) ประเมินตามองค์ประกอบวินัย

แบบสอบถามการปฏิบัติหรือพฤติกรรมเกี่ยวกับการมีวินัยของนักเรียน ระดับมัธยมศึกษาตอนต้นในสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน

คำชี้แจง

แบบสอบถามชุดนี้วัตถุประสงค์เพื่อสำรวจการปฏิบัติและพฤติกรรมของนักเรียนในสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานประกอบด้วย 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลเบื้องต้นของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 การปฏิบัติ/พฤติกรรมเกี่ยวกับด้านการปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะและเคารพสิทธิผู้อื่น

ตอนที่ 3 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

ตอนที่ 1 ข้อมูลเบื้องต้นของผู้ตอบแบบสอบถาม

1. โรงเรียน

- ☐ โรงเรียนองค์รักษ์
- ☐ โรงเรียนเตรียมอุดมพัฒนาการ สระบุรี
- ☐ โรงเรียนสวนกุหลาบชลบุรี
- ☐ โรงเรียนบ้านหนองผักแว่น
- ☐ โรงเรียนบ้านตามูล

2. เพศ

- ☐ ชาย
- ☐ หญิง

3. ระดับชั้นของผู้ตอบ

- ☐ ม. 1
- ☐ ม. 2
- ☐ ม. 3

4. การเข้าค่ายผู้นำวินัย

- ☐ ไม่ได้เข้าค่าย
- ☐ เข้าค่าย

ตอนที่ 2 การปฏิบัติหรือมีพฤติกรรมเกี่ยวกับวินัยด้านการปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะ และเคารพสิทธิผู้อื่น

โปรดประเมินการปฏิบัติตาม ระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะและเคารพสิทธิผู้อื่นของนักเรียน
ในแต่รายการโดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความเป็นจริงของท่านทั้งสภาพก่อนเข้าโครงการและ
สภาพที่เป็นจริงหลังเข้าโครงการตามความหมาย ดังนี้

- | | |
|--------------------------------|--------------------------|
| 5 หมายถึง การปฏิบัติมากที่สุด | 4 หมายถึง การปฏิบัติมาก |
| 3 หมายถึง การปฏิบัติปานกลาง | 2 หมายถึง การปฏิบัติน้อย |
| 1 หมายถึง การปฏิบัติน้อยที่สุด | |

[illegible]

[illegible]

ที่	รายการ การปฏิบัติหรือพฤติกรรม	ระดับการปฏิบัติ ก่อนโครงการ					ระดับการปฏิบัติ หลังโครงการ				
		5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
3.9	การมีมารยาทในการยืน ให้ถูกต้องเหมาะสมกับโอกาสและบุคคล										
3.10	การมีมารยาทในการเดิน										
3.11	การมีมารยาทในการนั่ง										
3.12	การมีมารยาทในห้องเรียนหรือห้องประชุม										
3.13	การมีมารยาทในการรับประทานอาหาร										
3.14	การมีมารยาทบนรถโดยสารประจำทาง										
4. ด้านการเคารพสิทธิของผู้อื่น											
4.1	การรู้จักยอมรับฟังความคิดเห็นของเพื่อนและผู้อื่น										
4.2	สิทธิในการพูดที่ต้องไม่พูดไปรบกวนคนอื่นที่กำลังเรียน หรือต้องการความสงบ										
4.3	สิทธิการฟังเพลงที่ไม่เปิดเสียงดังจนคนอื่นรำคาญ										
4.4	การไม่นำความลับของเพื่อนหรือผู้อื่นมาเปิดเผยโดยไม่ได้รับอนุญาต										
4.5	การรู้จักรอคอย ไม่แซงคิวเพื่อนหรือผู้อื่น										
4.6	การไม่ส่งเสียงดังจนเป็นที่รบกวนเพื่อนหรือผู้อื่นในขณะที่เรียน หรือฟังประชุม หรือในที่สาธารณะ										
4.7	การระลึกถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล ไม่พูดหรือแสดงท่าทาง ให้เพื่อนหรือผู้อื่นเสียใจหรือสะเทือนใจ										
4.8	การไม่พูดหรือกล่าวถึงบมด้อยของเพื่อนหรือผู้อื่น อันจะทำให้ อีกฝ่ายอับอายหรือเสียหาย										
4.9	การยอมรับและทำตามกฎ ข้อบังคับ ของโรงเรียนหรือสังคม เพื่อไม่ให้ผู้อื่นเดือดร้อน										
4.10	การไม่แอบอ้างใช้สิทธิของเพื่อนหรือผู้อื่น เพื่อผลประโยชน์ของตน										
4.11	การไม่หยิบหรือใช้อุปกรณ์หรือทรัพย์สินสมบัติของเพื่อนหรือผู้อื่น โดยไม่ได้รับอนุญาต										
4.12	การไม่แย่งพูด หรือพูดสอดแทรกขณะที่เพื่อนหรือผู้อื่นกำลังพูด										

ตอนที่ 3 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

บันทึกประจำวัน (DD Note)

เดือน.....พ.ศ.....

ชื่อ/สกุล.....ชั้น ☐ ม. 1/.... ☐ ม. 2/.... ☐ ม. 3/....

ลำดับ	กิจกรรม	บันทึก (ต่อเดือน)
1.	นักเรียนมาถึงโรงเรียน หยุดยืนตรงเพื่อทำความเคารพครูเวรหน้าประตู ก่อนเดินเข้าโรงเรียน (ระหว่างหยุดยืนครูเวรรับการทำความเคารพจากนักเรียนด้วยกิริยาที่สำรวม พร้อมสำรวจนักเรียนให้ทั่ว ทั้งการแต่งกายสีหน้าท่าทาง) นักเรียนหยุดยืนด้วยความตั้งใจ (ทำความรู้สึกตัวด้วยการระลึกรู้ลมหายใจ)	เมื่อมาถึงโรงเรียนทำความเคารพครู และครูรับการทำความเคารพจากฉันด้วยความตั้งใจ ☐ ทำทุกวัน ☐ ทำ 15-20 วัน ☐ ทำ 10-14 วัน ☐ ทำ 6-9 วัน ☐ ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน บันทึกเพิ่มเติม.....
2.	นักเรียนเดินเข้าโรงเรียนด้วยกิริยาที่สำรวมเล็กน้อย (ไม่ถึงกับเกร็งเกินไป) แต่เป็นการแสดงความเคารพสถานศึกษาและให้เกียรติตนเอง - นำกระเป๋าไปเก็บในห้องเรียน (หรือแล้วแต่สถานศึกษากำหนด) หลังจากนั้นจึงไปรับประทานอาหาร (สำหรับผู้ที่มิได้รับประทานอาหารเข้ามาโรงเรียน)	เดินเข้าโรงเรียนด้วยกิริยาที่สำรวม ☐ ทำทุกวัน ☐ ทำ 15-20 วัน ☐ ทำ 10-14 วัน ☐ ทำ 6-9 วัน ☐ ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน บันทึกเพิ่มเติม.....
3.	ปฏิบัติตามกิจหรืออาจมีกิจกรรมตามที่สถานศึกษากำหนด เช่น ทำความสะอาดห้องเรียน บริเวณโรงเรียนหรืออื่น ๆ	ปฏิบัติตามกิจหรือกิจกรรมตามที่สถานศึกษากำหนด ☐ ทำทุกวัน ☐ ทำ 15-20 วัน ☐ ทำ 10-14 วัน ☐ ทำ 6-9 วัน ☐ ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน บันทึกเพิ่มเติม.....
4.	ก่อนเคารพธงชาติ นักเรียนเข้าห้องเรียนหรือจุดที่ครู-อาจารย์ที่ปรึกษานัดพบ - พูดคุยถึงเรื่องข้อปฏิบัติต่าง ๆ เพื่อเป็นข้อตกลงในการสร้างวินัยในเกิดกับตนเอง (โดยเน้นที่การปลูกฝังให้นักเรียนมีความศรัทธาและเชื่อมั่นว่า การเป็นผู้ที่มีวินัยจะทำให้ตนเองมีความสง่างาม เป็นที่น่าชื่นชมของคนรอบข้าง) อาจมีการยกตัวอย่าง หรือชื่นชมนักเรียนที่ปฏิบัติตนดี และได้รับคำชมเชยจากผู้อื่น	ก่อนเคารพธงชาติ เข้าห้องเรียนหรือจุดที่ครู-อาจารย์ที่ปรึกษานัดพบ และมีการทบทวนข้อปฏิบัติต่าง ๆ เกี่ยวกับระเบียบวินัย ☐ ทำทุกวัน ☐ ทำ 15-20 วัน ☐ ทำ 10-14 วัน ☐ ทำ 6-9 วัน ☐ ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน บันทึกเพิ่มเติม.....

ลำดับ	กิจกรรม	บันทึก (ต่อเดือน)
	- ทบทวนเนื้อหาบทเรียนในแต่ละวิชา (ซึ่งนักเรียนควรช่วยกันจัดตารางไว้ว่า จะอ่านหรือทบทวนวิชาอะไร) เป็นการช่วยเหลือกันระหว่างคนเก่งกับคนอ่อน (หรือกิจกรรมที่สถานศึกษากำหนด)	
5.	การเตรียมตัวไปเข้าแถวเคารพธงชาติ โดยการเข้าแถวก่อนแล้วเดินไปเป็นแถวด้วยความตั้งใจ (ก่อนเดินทำความรู้สึกตัวด้วยการระลึกคุณงามความดี) การเคารพธงชาติปฏิบัติตามนโยบายของโรงเรียน	เตรียมตัวไปเข้าแถวเคารพธงชาติเดินเป็นแถว ☐ ทำทุกวัน ☐ ทำ 15-20 วัน ☐ ทำ 10-14 วัน ☐ ทำ 6-9 วัน ☐ ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน บันทึกเพิ่มเติม.....
6.	หลังเคารพธงชาติ มีกิจกรรมทำสมาธิ กำหนดลมหายใจ ผีกลืนสติ (อาจใช้เวลา 1 – 2 นาที) ปฏิบัติในสนามหรือในห้องเรียน (ตามบริบทของโรงเรียน)	หลังเคารพธงชาติ มีกิจกรรมทำสมาธิ ☐ ทำทุกวัน ☐ ทำ 15-20 วัน ☐ ทำ 10-14 วัน ☐ ทำ 6-9 วัน ☐ ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน บันทึกเพิ่มเติม.....
7.	การเดินแถวเข้าห้องเรียนด้วยความตั้งใจ (เน้นการรู้สึกตัว ระลึกคุณงามความดี) ในขณะที่เดินแถว เพื่อความเป็นระเบียบเรียบร้อย และเตรียมการเข้าสู่การเรียนในคาบแรก (อย่างมีสติ)	เดินแถวเข้าสู่การเรียนในคาบแรกอย่างมีสติ ☐ ทำทุกวัน ☐ ทำ 15-20 วัน ☐ ทำ 10-14 วัน ☐ ทำ 6-9 วัน ☐ ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน บันทึกเพิ่มเติม.....
8.	เมื่อนักเรียนเดินเข้าไปในห้องเรียน ทุกคนควรสงบและสำรวม เตรียมพร้อมเข้าสู่การเรียน เมื่อถึงที่นั่งของตัวเอง วางกระเป๋าลงแล้วรู้สึกตัวเล็กน้อย โดยการหายใจลึก ๆ ไม่จำเป็นต้องเกร็งมาก ทำตามสบาย และไม่ควรพูดเสียงดังแล้ว เพื่อเตรียมกิจกรรมในลำดับต่อไป	สงบและสำรวม เตรียมพร้อมเข้าสู่การเรียน ☐ ทำทุกวัน ☐ ทำ 15-20 วัน ☐ ทำ 10-14 วัน ☐ ทำ 6-9 วัน ☐ ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน บันทึกเพิ่มเติม.....

ลำดับ	กิจกรรม	บันทึก (ต่อเดือน)
9.	กิจกรรมโฮมรูม พบอาจารย์ที่ปรึกษา และผู้นำวินัย นักเรียนกล่าวคำปฏิญาณตน เพื่อระลึกถึงการมีวินัย ในตัวเองเป็นประจำทุกวัน “ข้าพเจ้า เป็นผู้มีวินัยในตนเอง ปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะ และเคารพสิทธิของผู้อื่น”	กล่าวคำปฏิญาณตน ☐ ทำทุกวัน ☐ ทำ 15-20 วัน ☐ ทำ 10-14 วัน ☐ ทำ 6-9 วัน ☐ ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน บันทึกเพิ่มเติม.....
10.	เริ่มเรียนคาบแรก หัวหน้าห้อง นำสมุดบันทึก รายคาบเรียนมาเช็คชื่อเพื่อนที่เรียนในแต่ละคาบ (สมุดบันทึก หัวหน้าห้องไปรับมาก่อนเรียนคาบแรก) โดยให้ครู-อาจารย์ ที่สอนเซ็นชื่อกำกับในสมุดทุกคาบเรียน	รับการเช็คชื่อ ในห้อง ☐ ทำทุกวัน ☐ ทำ 15-20 วัน ☐ ทำ 10-14 วัน ☐ ทำ 6-9 วัน ☐ ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน บันทึกเพิ่มเติม.....
11.	ในขณะที่เรียนแต่ละคาบ นักเรียนตั้งใจเรียน เคารพ ครู – อาจารย์ที่สอน ไม่พูดสอดแทรกขณะที่ครู – อาจารย์ กำลังอธิบาย เมื่อไม่เข้าใจ ควรยกมือก่อน แล้วค่อย ถามหรือพูด	ตั้งใจเรียน ไม่พูดสอดแทรกขณะที่ครู – อาจารย์ กำลังอธิบาย เมื่อไม่เข้าใจ ยกมือก่อนแล้วค่อยถาม ☐ ทำทุกวัน ☐ ทำ 15-20 วัน ☐ ทำ 10-14 วัน ☐ ทำ 6-9 วัน ☐ ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน บันทึกเพิ่มเติม.....
12.	หมดคาบเรียน นักเรียนเก็บสมุด หนังสือ ใส่กระเป๋า ให้เรียบร้อย หัวหน้าห้อง หรือครู – อาจารย์ที่สอน เตือนนักเรียนให้นั่งสงบ ระลึกรู้ลมหายใจ รู้สึกตัว ฝึกสติ จึงค่อยออกนอกห้องเรียนเพื่อเปลี่ยนคาบเรียน (ปฏิบัติเช่นนี้ทุกคาบเรียน)	นั่งสงบ ระลึกรู้ลมหายใจ รู้สึกตัว ฝึกสติ จึงค่อยออก นอกห้องเรียน ☐ ทำทุกวัน ☐ ทำ 15-20 วัน ☐ ทำ 10-14 วัน ☐ ทำ 6-9 วัน ☐ ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน บันทึกเพิ่มเติม.....

ลำดับ	กิจกรรม	บันทึก (ต่อเดือน)
13.	การเดินเปลี่ยนคาบเรียน เดินเป็นแถว ไม่เล่น หรือหยอกล้อกันในขณะเดิน เดินด้วยความรู้สึกตัว เพื่อให้มีสมาธิในการเรียนวิชาต่อไป อันจะทำให้การเรียนมีประสิทธิภาพ และเป็นการฝึกบุคลิกภาพของตนเอง ให้ดูดี สวยหล่อ (ปฏิบัติทุกครั้งที่เปลี่ยนคาบเรียน) ทั้งนี้ การเดินให้เป็นไปอย่างธรรมชาติ สบาย ๆ ไม่ต้องเกร็งมาก	เปลี่ยนคาบเรียน เดินเป็นแถว ไม่เล่น หรือหยอกล้อกันในขณะเดิน เดินด้วยความรู้สึกตัว ☐ ทำทุกวัน ☐ ทำ 15-20 วัน ☐ ทำ 10-14 วัน ☐ ทำ 6-9 วัน ☐ ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน บันทึกเพิ่มเติม.....
14.	การพักรับประทานอาหารกลางวัน ควรรับประทานอาหารในโรงอาหารเท่านั้น และมีมารยาทในการรับประทาน ไม่เดินกินขนม หรือเดินไปตักน้ำไป อาจเกิดอุบัติเหตุได้ ควรรับประทานให้เสร็จก่อน ค่อยเล่น หรือคุยกัน	รับประทานอาหารในโรงอาหารเท่านั้น และมีมารยาทในการรับประทาน ☐ ทำทุกวัน ☐ ทำ 15-20 วัน ☐ ทำ 10-14 วัน ☐ ทำ 6-9 วัน ☐ ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน บันทึกเพิ่มเติม.....
15.	เลิกเรียนในคาบสุดท้าย นักเรียนเก็บกระเป๋าเรียบร้อย ก่อนกลับบ้าน ควรนั่งหยุดนิ่งเพื่อระลึกถึงคุณครู รู้สึกตัว ผิกสติ ให้รู้ตัวด้วยความตั้งใจก่อนออกจากห้องเรียน	นั่งหยุดนิ่งเพื่อระลึกถึงคุณครู รู้สึกตัว ผิกสติ ให้รู้ตัวด้วยความตั้งใจก่อนออกจากห้องเรียน ☐ ทำทุกวัน ☐ ทำ 15-20 วัน ☐ ทำ 10-14 วัน ☐ ทำ 6-9 วัน ☐ ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน บันทึกเพิ่มเติม.....
16.	ถึงเวลากลับบ้าน ทำความเคารพครูเวรหน้าประตู (ครูเวรสำรวจการแต่งกายของนักเรียน) เพื่อให้เรียบร้อย ตั้งแต่ออกจากบ้านจนกลับเข้าบ้าน ซึ่งถือว่าการแต่งกายเรียบร้อยเป็นการให้เกียรติตนเอง ให้เกียรติสถาบัน ทำให้ตัวเองมีบุคลิกดี เท่ ดูดี สวยและหล่อ เป็นที่น่าชื่นชมของผู้ที่พบเห็น	ทำความเคารพครูเวรหน้าประตู (ครูเวรสำรวจการแต่งกายของนักเรียน) ☐ ทำทุกวัน ☐ ทำ 15-20 วัน ☐ ทำ 10-14 วัน ☐ ทำ 6-9 วัน ☐ ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน บันทึกเพิ่มเติม.....

ลำดับ	กิจกรรม	บันทึก (ต่อเดือน)
17.	การเดินทางกลับบ้าน ควรปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ของโรงเรียน และการจราจร เพื่อความปลอดภัยของตนเองและผู้อื่น	ปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ของโรงเรียนและการจราจร ☐ ทำทุกวัน ☐ ทำ 15-20 วัน ☐ ทำ 10-14 วัน ☐ ทำ 6-9 วัน ☐ ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน บันทึกเพิ่มเติม.....
18.	กลับถึงบ้าน ถ้าพบผู้ปกครองหรือผู้ใหญ่ที่บ้าน ควรทำความเคารพ เก็บกระเป๋าให้เรียบร้อย เปลี่ยนชุดนักเรียนออกก่อน แล้วจึงปฏิบัติภารกิจหรือทำกิจกรรมประจำวันของตนเอง	ทำความเคารพเมื่อพบผู้ปกครองหรือผู้ใหญ่ที่บ้าน ☐ ทำทุกวัน ☐ ทำ 15-20 วัน ☐ ทำ 10-14 วัน ☐ ทำ 6-9 วัน ☐ ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน บันทึกเพิ่มเติม.....
19.	ถ้านักเรียนช่วยเหลืองานบ้านเล็ก ๆ น้อย ๆ ผู้ปกครอง พ่อ แม่ จะมีความสุข และภาคภูมิใจในตัวนักเรียน อีกทั้งยังเป็นการแบ่งเบาภาระพ่อแม่ ที่ต้องเหน็ดเหนื่อยกับการทำงานมาทั้งวัน รวมทั้งตัวนักเรียนจะมีความสุขภาคภูมิใจในตัวเองเป็นอย่างมากที่เป็นคนที่มีคุณค่า	ช่วยเหลืองานบ้าน ☐ ทำทุกวัน ☐ ทำ 15-20 วัน ☐ ทำ 10-14 วัน ☐ ทำ 6-9 วัน ☐ ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน บันทึกเพิ่มเติม.....
20.	ก่อนนอน ทำการบ้าน หรืออ่านหนังสือ หลังจากนั้น ทบทวนตัวเองเล็กน้อย ว่าทำอะไรบ้างในแต่ละวัน ไม่ว่าจะเป็นสิ่งที่ดีหรือไม่ดีก็ได้ เพื่อจะได้นำไปปรับปรุงแก้ไขในวันต่อไป แล้วบันทึกข้อความลงในสมุดบันทึก (DD NOTE) สั้น ๆ เพื่อเตือนใจตัวเอง แล้วจึงสวดมนต์กราบพระ ระลึกรู้ลมหายใจ รู้สีกตัว ฝึกสติ เพื่อการนอนหลับที่มีคุณภาพ	บันทึกข้อความลงใน (DD NOTE) ☐ ทำทุกวัน ☐ ทำ 15-20 วัน ☐ ทำ 10-14 วัน ☐ ทำ 6-9 วัน ☐ ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน บันทึกเพิ่มเติม.....

กรรมการวินัยนักเรียนรับทราบ (ลงชื่อ).....

(.....)

วันที่.....เดือน..... พ.ศ.....

คู่มือพัฒนาวินัยนักเรียน
ด้านการปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะ
และเคารพสิทธิผู้อื่น

โรงเรียน.....

ชื่อ - สกุล.....

ชั้น.....

คำปฏิญาณตน สำหรับคนมีวินัย

“ข้าพเจ้า เป็นผู้มีวินัยในตนเองปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะ และเคารพสิทธิของผู้อื่น”

ห้าข้อต่อไปนี้ ที่คนมีวินัยควรทำ

1. เป็นผู้ที่มีความเมตตา กรุณา ต่อคน สัตว์ และสิ่งต่าง ๆ
2. ไม่อยากได้ของผู้อื่นมาเป็นของ ๆ ตนเอง ไม่โลภมาก
3. ไม่ประพฤติผิดทางกายต่อผู้อื่น
4. ไม่พูดเท็จ ไม่นินทาและให้ร้ายผู้อื่น ไม่ทำให้ผู้อื่นเสื่อมเสียด้วยวาจา
5. ต้องรู้จักรักตัวเอง ดูแลสุขภาพของตัวเอง ไม่ไปยุ่งเกี่ยวกับสิ่งเสพติดทั้งหลาย

ลองตั้งสติให้ดี แล้วระลึกดูว่า ในทุก ๆ วันเราทำแบบนี้ได้กี่ข้อ

มาทำความเข้าใจกับวินัยกันเถอะ

พระพุทธเจ้าทรงค้นพบธรรม คือ ความจริงแล้วทรงนำมาประกาศเผยแผ่ สอนชี้แจงแสดงให้เข้าใจง่าย หน้าที่ของพระพุทธเจ้าเกี่ยวกับธรรมก็เพียงค้นพบและเอามาประกาศและสั่งสอน เพราะธรรมเป็นความจริงที่มีอยู่แล้วในธรรมชาติ การที่จะให้ความจริงของธรรมชาติดีผลในทางปฏิบัติ เป็นประโยชน์แก่หมู่มนุษย์ในสังคม ก็ต้องนำหลักความจริง คือ ธรรมมาจัดตั้ง วางเป็นระบบระเบียบ โดยนำเอาหลักความจริงที่มีอยู่ตามธรรมชาติ มาวางรูปเป็นกฎในหมู่มนุษย์ จากกฎในธรรมชาติก็มาเป็นกฎในหมู่มนุษย์ การจัดตั้งวางระเบียบในหมู่มนุษย์นี้แหละเรียกว่า วินัย

กฎของธรรมชาติ เรียกว่า “ธรรม” กฎของมนุษย์ เรียกว่า “วินัย”

ฉะนั้น การที่เราจะอยู่ร่วมกันในบ้าน ในโรงเรียน ในสังคมอย่างมีระบบ ระเบียบ เพื่อให้เราและสังคมอยู่ได้อย่างเรียบร้อย จำเป็นอย่างยิ่งที่เราจะต้องมีกฎเกณฑ์เฉพาะตัวเราเองและถือปฏิบัติเป็นประจำสม่ำเสมอจนเกิดเป็นนิสัย เป็นความเคยชิน และไม่ถือว่าเป็นภาระที่จะต้องทำ เพราะธรรมชาติมันก็มีกฎของมัน มีฝนตก มีน้ำท่วม อยากมีต้นไม้ ก็ต้องปลูกต้นไม้ มนุษย์ก็ย่อมจะต้องมีกฎของมนุษย์ที่ต้องปฏิบัติ เพื่อให้เกิดความสมดุลเช่นกัน

“เรามาดูกันเถอะว่า มีอะไรกันบ้างที่เราอยากให้เป็นกฎหรือข้อปฏิบัติสำหรับเรา”

ส่วนที่ 1 องค์ประกอบ/ตัวบ่งชี้ ของวินัยในแต่ละด้าน

องค์ประกอบ/ตัวบ่งชี้ของวินัยในแต่ละด้านตามข้อตกลงที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า แบ่งเป็นองค์ประกอบวินัย 4 ด้าน ซึ่งในแต่ละด้านประกอบด้วยตัวบ่งชี้ต่าง ๆ รวม 54 ข้อ ได้แก่ ด้านการปฏิบัติตามระเบียบ 15 ข้อ ด้านการปฏิบัติตามกฎของโรงเรียน 13 ข้อ ด้านการวางตนให้ถูกต้องตามกาลเทศะ 14 ข้อ และด้านการเคารพสิทธิของผู้อื่น 12 ข้อ ดังรายละเอียดในตารางต่อไปนี้

1. ด้านการปฏิบัติตามระเบียบ 15 ข้อ

ลำดับที่	องค์ประกอบ/ตัวบ่งชี้
1.1	ระเบียบเกี่ยวกับการแต่งกายของนักเรียน
1.2	ระเบียบเกี่ยวกับทรงผมของนักเรียนทั้งชายและหญิง
1.3	ระเบียบเกี่ยวกับเวลามาโรงเรียนและการเข้าแถวเคารพธงชาติ
1.4	ระเบียบการเข้าห้องเรียนเมื่อนักเรียนมาสาย
1.5	ระเบียบเกี่ยวกับการปฏิบัติตนทั้งในและนอกโรงเรียน
1.6	ระเบียบเกี่ยวกับการปฏิบัติตนขณะที่อยู่ในห้องเรียน หรือในเวลาเรียน
1.7	ระเบียบเกี่ยวกับการดูแลรักษาความสะอาดของห้องเรียน
1.8	ระเบียบเกี่ยวกับการสร้างความรัก ความผูกพัน ภายในโรงเรียน
1.9	ระเบียบเกี่ยวกับการนำอุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์มาโรงเรียน
1.10	ระเบียบเกี่ยวกับการนำยานพาหนะมาโรงเรียน
1.11	ระเบียบเกี่ยวกับการปฏิบัติตามกฎจราจรอย่างเคร่งครัดเพื่อความปลอดภัย
1.12	ระเบียบในการขออนุญาตออกนอกบริเวณโรงเรียนหรือกลับบ้าน ก่อนเวลาเลิกเรียน
1.13	ระเบียบในการรับประทานอาหาร, การพักกลางวัน
1.14	ระเบียบเกี่ยวกับการลาป่วย - ลากิจ
1.15	ระเบียบเกี่ยวกับการช่วยกันดูแลรักษาความสะอาดห้องเรียน บริเวณโรงเรียน ให้สวยงามและปลอดภัย

2. ด้านการปฏิบัติตามกฎของโรงเรียน 13 ข้อ

ลำดับที่	องค์ประกอบ/ตัวบ่งชี้
2.1	กฎของการตรงต่อเวลา
2.2	กฎของการเชื่อฟังคำสั่งสอนของผู้ใหญ่
2.3	กฎของการมีสัมมาคารวะต่อผู้ใหญ่
2.4	กฎของการใช้ห้องเรียน หรือห้องประกอบการ
2.5	กฎของการมีมารยาทในขณะที่ครูทำการสอน
2.6	กฎของการนำอาหารมารับประทานในห้องเรียน
2.7	กฎของการเล่นให้เป็นเวลา
2.8	กฎของการปฏิบัติตนในชั่วโมงเรียน
2.9	กฎของการเดินเมื่อเปลี่ยนห้องเรียน
2.10	กฎของการไม่นำสิ่งที่เป็นอันตรายเข้ามาในโรงเรียน
2.11	กฎของการไม่ยุ่งเกี่ยวกับอบายมุขทุกชนิด
2.12	กฎของการไม่นำอุปกรณ์ เครื่องเล่น เกม หรือสิ่งที่เป็นไปเพื่อความบันเทิงเข้ามาในโรงเรียน
2.13	กฎของการรักษาความปลอดภัยที่อาจเกิดจากบุคคลภายนอก

3. ด้านการวางตนให้ถูกต้องตามกาลเทศะ 14 ข้อ

ลำดับที่	องค์ประกอบ/ตัวบ่งชี้
3.1	การแต่งกายให้เหมาะสมตามกาลเทศะ
3.2	การพูดได้ถูกต้องตามกาลเทศะ
3.3	การมีความเกรงใจผู้อื่น
3.4	การรู้จักให้เกียรติผู้อื่น
3.5	การรู้จักกาลเทศะในการแสดงความขอบคุณ หรือขอโทษ ได้อย่างเหมาะสม
3.6	การมีมารยาทในการทักทาย ให้เหมาะสมกับบุคคล
3.7	การมีกิริยามารยาทที่อ่อนน้อม วางตัวให้เหมาะสมกับเวลา บุคคล
3.8	การรู้จักวางตนให้เหมาะสม รู้จักเด็ก รู้จักผู้ใหญ่
3.9	การมีมารยาทในการยืน ให้ถูกต้องเหมาะสมกับโอกาสและบุคคล
3.10	การมีมารยาทในการเดิน
3.11	การมีมารยาทในการนั่ง
3.12	การมีมารยาทในห้องเรียน หรือห้องประชุม
3.13	การมีมารยาทในการรับประทานอาหาร
3.14	การมีมารยาทบนรถโดยสารประจำทาง

4. ด้านการเคารพสิทธิของผู้อื่น 12 ข้อ

ลำดับที่	องค์ประกอบ/ตัวบ่งชี้
4.1	การรู้จักยอมรับฟังความคิดเห็นของเพื่อนและผู้อื่น
4.2	สิทธิในการพูดที่ต้องไม่พูดไปรบกวนคนอื่นที่กำลังเรียนหรือต้องการความสงบ
4.3	สิทธิการฟังเพลงที่ไม่เปิดเสียงดังจนคนอื่นรำคาญ
4.4	การไม่นำความลับของเพื่อนหรือผู้อื่นมาเปิดเผยโดยไม่ได้รับอนุญาต
4.5	การรู้จักรอคอย ไม่แซงคิวเพื่อนหรือผู้อื่น
4.6	การไม่ส่งเสียงดังจนเป็นที่รบกวนเพื่อนหรือผู้อื่นในขณะที่เรียนหรือฟังประชุม หรือในที่สาธารณะ
4.7	การระลึกถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล ไม่พูดหรือแสดงท่าทางให้เพื่อนหรือผู้อื่นเสียใจหรือเสียใจ
4.8	การไม่พูดหรือกล่าวถึงปมด้อยของเพื่อนหรือผู้อื่น อันจะทำให้เกิดความอับอายหรือเสียหาย
4.9	การยอมรับและทำตามกฎ ข้อบังคับ ของโรงเรียนหรือสังคม เพื่อไม่ให้ผู้อื่นเดือดร้อน
4.10	การไม่แอบอ้างใช้สิทธิของเพื่อนหรือผู้อื่น เพื่อผลประโยชน์ของตน
4.11	การไม่หยิบหรือใช้อุปกรณ์หรือทรัพย์สินของเพื่อนหรือผู้อื่นโดยไม่ได้รับอนุญาต
4.12	การไม่แย่งพูด หรือพูดสอดแทรกขณะที่เพื่อนหรือผู้อื่นกำลังพูด

“วินัย ใคร ๆ ก็ทำได้”

ชวนกันทำตามกิจกรรมส่งเสริมวินัย

วินัยที่เราจะทดลองปฏิบัติและประเมินตนเองในปีการศึกษานี้ มีอยู่ 4 ด้าน ได้แก่ ด้านการปฏิบัติตามระเบียบ ด้านการปฏิบัติตามกฎของโรงเรียน ด้านการวางตนให้ถูกต้องตามกาลเทศะและด้านการเคารพสิทธิของผู้อื่น ซึ่งแต่ละด้านมีตัวบ่งชี้ที่ไม่แตกต่างกันมากนัก เราลองมาดูกันว่า เราจะทำอย่างไรบ้างในแต่ละวันตามระเบียบและกฎเกณฑ์ที่เราหรือมนุษย์ สร้างขึ้นมา เพื่อตัวเราเอง

ส่วนที่ 2 กิจกรรมและกลไกสร้างเสริมวินัย

ลองอ่านดูแล้วจะรู้ว่า จริง ๆ สิ่งเหล่านี้เราทำกันอยู่แล้ว เพียงแต่เรายังไม่ได้ใส่ใจกับมัน ว่าเป็นสิ่งสำคัญ จึงไม่นำมาจัดลำดับความสำคัญ ต่อไปนี้เรามาตั้งสติให้ดี แล้วระลึกดูว่า คนที่มีระเบียบวินัยในชีวิตส่วนใหญ่จะประสบผลสำเร็จ มีชีวิตที่บริบูรณ์ ลองนึกดูสิ ว่ามีใครบ้างที่เรารู้จัก ถ้าให้ชัดเจนที่สุด “พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช” ที่ทุกคนบอกว่าอยากตามรอยพ่อ แล้วก็มีอีกหลาย ๆ คนที่เป็นคนสำคัญของประเทศมากมาย และก็มีตัวอย่างอีกหลาย ๆ ตัวอย่างของคนที่ไม่มีความระเบียบ กฎเกณฑ์ในชีวิต ที่ล้มเหลวกว่าจะรู้สึกตัวก็สายเสียแล้ว เราอยากเป็นประเภทไหนละ เลือกเอานะ

“ไม่ต้องเก่งก็ประสบผลสำเร็จได้ถ้ามีวินัยในตัวเอง”

1. กิจกรรมและกลไก การเสริมสร้างวินัยนักเรียนระดับบุคคล (เท่าที่ อย่างมีสไตล์ ด้วยวินัยในตัวเอง)

ลำดับ	กิจกรรม	กลไกในการดำเนินการ
กิจกรรมเสริมวินัย นอกห้องเรียน		
1.	นักเรียนมาถึงโรงเรียน หุ้ยยืนตรงเพื่อทำความเคารพครูเวรหน้าประตู ก่อนเดินเข้าโรงเรียน (ระหว่างหุ้ยยืน ครูเวรรับการทำความเคารพจากนักเรียนด้วยกิริยาที่สุภาพ พร้อมสำรวจนักเรียนให้ทั่ว ทั้งการแต่งกาย สีหน้าท่าทาง) นักเรียนหุ้ยยืนด้วยความตั้งใจ (ทำความรู้สึกตัวด้วยการระลึกถึงลมหายใจ)	นักเรียน, ครูเวร, นักเรียนผู้นำวินัย
2.	นักเรียนเดินเข้าโรงเรียนด้วยกิริยาที่สุภาพเล็กน้อย (ไม่ถึงกับเกร็งเกินไป) แต่เป็นการแสดงความเคารพสถานศึกษาและให้เกียรติตนเอง - นำกระเป๋าไปเก็บในห้องเรียน (หรือแล้วแต่สถานศึกษากำหนด) หลังจากนั้นจึงไปรับประทานอาหารเช้า (สำหรับผู้ที่ไม่ได้รับประทานอาหารเช้ามาโรงเรียน)	นักเรียน, นักเรียนผู้นำวินัย
3.	ปฏิบัติตามกิจ หรืออาจมีกิจกรรมตามที่สถานศึกษากำหนด เช่น ทำความสะอาดห้องเรียน บริเวณโรงเรียน หรืออื่น ๆ	นักเรียน, นักเรียนผู้นำวินัย
4.	ก่อนเคารพธงชาติ นักเรียนเข้าห้องเรียนหรือจุดที่ครู-อาจารย์ที่ปรึกษานัดพบ - พูดคุยถึงเรื่องข้อปฏิบัติต่าง ๆ เพื่อเป็นข้อตกลงในการสร้างวินัยในเกิดกับตนเอง (โดยเน้นที่การปลูกฝังให้นักเรียนมีความศรัทธาและเชื่อมั่นว่า การเป็นผู้ที่มีวินัยจะทำให้ตนเองมีความสง่างาม เป็นที่นาชื่นชมของครอบครัว) อาจมีการยกตัวอย่าง หรือชื่นชมนักเรียนที่ปฏิบัติตนดี และได้รับคำชมเชยจากผู้อื่น - ทบทวนเนื้อหาบทเรียนในแต่ละวิชา (ซึ่งนักเรียนควรช่วยกันจัดตารางไว้ว่าจะอ่านหรือทบทวนวิชาอะไร) เป็นการช่วยเหลือกันระหว่างคนเก่งกับคนอ่อน (หรือกิจกรรมที่สถานศึกษากำหนด)	นักเรียน, ครูที่ปรึกษา, นักเรียนผู้นำวินัย
5.	การเตรียมตัวไปเข้าแถวเคารพธงชาติ โดยการเข้าแถวก่อน แล้วเดินไปเป็นแถวด้วยความตั้งใจ (ก่อนเดินทำความรู้สึกตัวด้วยการระลึกถึงลมหายใจ) การเคารพธงชาติ ปฏิบัติตามนโยบายของโรงเรียน	นักเรียน, ครูที่ปรึกษา, นักเรียนผู้นำวินัย
6.	หลังเคารพธงชาติ มีกิจกรรมทำสมาธิ กำหนดลมหายใจ ผีกลสตรระลึกรู้ (อาจใช้เวลา 1 – 2 นาที) ปฏิบัติในสนามหรือในห้องเรียน (ตามบริบทของโรงเรียน)	นักเรียน, ครูที่ปรึกษา, นักเรียนผู้นำวินัย
7.	การเดินแถวเข้าห้องเรียนด้วยความตั้งใจ (เน้นการรู้สึกตัว ระลึกถึงลมหายใจ) ในขณะที่เดินแถวเพื่อความเป็นระเบียบเรียบร้อย และเตรียมการเข้าสู่การเรียนในคาบแรก (อย่างมีสติ)	นักเรียน, ครูที่ปรึกษา, นักเรียนผู้นำวินัย

ลำดับ	กิจกรรม	กลไกในการดำเนินการ
กิจกรรมเสริมวินัยในห้องเรียน		
8.	เมื่อนักเรียนเดินเข้าไปในห้องเรียน ทุกคนควรสงบและสำรวม เตรียมพร้อมเข้าสู่การเรียนรู้ เมื่อถึงที่นั่งของตัวเอง วางกระเป๋าแล้วฝึกรู้สึกตัวเล็กน้อย โดยการหายใจลึก ๆ ไม่จำเป็น ต้องเกร็งมาก ทำตามสบาย และไม่ควรพูดเสียงดังแล้ว เพื่อเตรียมกิจกรรมในลำดับต่อไป	นักเรียน, ครูที่ปรึกษา, นักเรียนผู้นำวินัย
9.	กิจกรรมโฮมรูม พบอาจารย์ที่ปรึกษา และผู้นำวินัย นักเรียนกล่าวคำปฏิญาณตนเพื่อระลึกถึง การมีวินัยในตนเองเป็นประจำทุกวัน “ข้าพเจ้า เป็นผู้มีวินัยในตนเองปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะ และเคารพสิทธิของผู้อื่น”	นักเรียน, ครูที่ปรึกษา, นักเรียนผู้นำวินัย
10.	เริ่มเรียนคาบแรก หัวหน้าห้อง นำสมุดบันทึกรายคาบเรียนมาเช็คชื่อเพื่อนที่เรียนในแต่ละคาบ (สมุดบันทึก หัวหน้าห้องไปรับมาก่อนเรียนคาบแรก) โดยให้ครู-อาจารย์ ที่สอนเซ็นชื่อกำกับ ในสมุดทุกคาบเรียน	นักเรียน, ครูผู้สอน, นักเรียนผู้นำวินัย
11.	ในขณะที่เรียนแต่ละคาบ นักเรียนตั้งใจเรียน เคารพครู – อาจารย์ที่สอน ไม่พูดสอดแทรก ขณะที่ครู – อาจารย์กำลังอธิบาย เมื่อไม่เข้าใจ ควรยกมือก่อนแล้วค่อยถามหรือพูด	นักเรียน, ครูผู้สอน, นักเรียนผู้นำวินัย
12.	หมดคาบเรียน นักเรียนเก็บสมุด – หนังสือ ใส่กระเป๋าให้เรียบร้อย หัวหน้าห้อง หรือครู – อาจารย์ที่สอน เตือนนักเรียนให้นั่งสงบ ระลึกรู้ลมหายใจ รู้สึกตัว ฝึกสติ จึงค่อยออกนอก ห้องเรียนเพื่อเปลี่ยนคาบเรียน (ปฏิบัติเช่นนี้ทุกคาบเรียน)	นักเรียน, ครูผู้สอน, นักเรียนผู้นำวินัย
13.	การเดินเปลี่ยนคาบเรียน เดินเป็นแถว ไม่เล่น หรือหยอกล้อกันในขณะเดิน เดินด้วยความรู้สึกตัว เพื่อให้มีสมาธิในการเรียนวิชาต่อไป อันจะทำให้การเรียนมีประสิทธิภาพ และเป็นการฝึก บุคลิกภาพของตนเองให้ดูดี สวยหล่อ (ปฏิบัติทุกครั้งที่เปลี่ยนคาบเรียน) ทั้งนี้ การเดิน ให้เป็นไปอย่างธรรมชาติ สบาย ๆ ไม่ต้องเกร็งมาก	นักเรียน, ครูผู้สอน, นักเรียนผู้นำวินัย
14.	การพักรับประทานอาหารกลางวัน ควรรับประทานอาหารในโรงอาหารเท่านั้น และมีมารยาท ในการรับประทานอาหาร ไม่เดินกินขนม หรือเดินไปดื่มน้ำไป อาจเกิดอุบัติเหตุได้ ควรรับประทานอาหาร ให้เสร็จก่อน ค่อยเล่น หรือคุยกัน	นักเรียน, ครูผู้สอน, นักเรียนผู้นำวินัย
15.	เลิกเรียนในคาบสุดท้าย นักเรียนเก็บกระเป๋าเรียบร้อย ก่อนกลับบ้าน ควรนั่งหยุดนิ่ง เพื่อระลึกรู้ ลมหายใจ รู้สึกตัว ฝึกสติ ให้รู้ตัวด้วยความตั้งใจก่อนออกจากห้องเรียน	นักเรียน, ครูผู้สอน, นักเรียนผู้นำวินัย

ลำดับ	กิจกรรม	กลไกในการดำเนินการ
กิจกรรมเสริมวินัย นอกโรงเรียน (บ้านและชุมชน)		
16.	ถึงเวลากลับบ้าน ทำความเคารพครูเวรหน้าประตู (ครูเวรสำรวจการแต่งกายของนักเรียน) เพื่อให้เรียบร้อยตั้งแต่ออกจากบ้านจนกลับเข้าบ้าน ซึ่งถือว่า การแต่งกายเรียบร้อย เป็นการให้เกียรติตนเอง ให้เกียรติสถาบัน ทำให้ตัวเองมีบุคลิกดี เท่ๆ ดูดี สวยและหล่อ เป็นที่นาชื่นชมของผู้ที่พบเห็น	นักเรียน, ครูเวร
17.	การเดินทางกลับบ้าน ควรปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ของโรงเรียน และการจราจร เพื่อความปลอดภัยของตนเอง และผู้อื่น	นักเรียน, ชุมชน
18.	กลับถึงบ้าน ถ้าพบผู้ปกครองหรือผู้ใหญ่ที่บ้าน ควรทำความเคารพ เก็บกระเป๋าให้เรียบร้อย เปลี่ยนชุดนักเรียนออกก่อน แล้วจึงปฏิบัติภารกิจหรือทำกิจกรรมประจำวันของตนเอง	นักเรียน, ผู้ปกครองและ ตัวนักเรียนเอง, ชุมชน
19.	ถ้านักเรียนช่วยเหลืองานบ้านเล็ก ๆ น้อย ๆ ผู้ปกครอง พ่อ แม่ จะมีความสุข และภาคภูมิใจในตัวนักเรียน อีกทั้งยังเป็นการแบ่งเบาภาระพ่อ แม่ ที่ต้องเหน็ดเหนื่อยกับการทำงานมาทั้งวัน รวมทั้งตัวนักเรียนจะมีความสุขภาคภูมิใจในตนเองเป็นอย่างมาก ที่เป็นคนที่มีคุณค่า	นักเรียน, ผู้ปกครองและ ตัวนักเรียนเอง, ชุมชน
20.	ก่อนนอน ทำการบ้าน หรืออ่านหนังสือ หลังจากนั้น ทบทวนตนเองเล็กน้อย ว่าทำอะไรบ้างในแต่ละวัน ไม่ว่าจะเป็นสิ่งที่ดีหรือไม่ดีก็ได้ เพื่อจะได้นำไปปรับปรุงแก้ไขในวันต่อไป แล้วบันทึกข้อความลงในสมุดบันทึก (DD NOTE) สั้น ๆ เพื่อเตือนใจตนเอง แล้วจึงสวดมนต์ กราบพระ ระลึกรู้ลมหายใจ รู้สึกตัว ฝึกสติเพื่อการนอนหลับที่มีคุณภาพ	นักเรียน, ตัวนักเรียนเอง, ผู้ปกครอง

“กิจกรรมตามตาราง 20 ข้อ เราทำทุกวันอยู่แล้ว เพียงแต่ทำอย่างไม่มีสติระลึกรู้ ทำเพราะถูกโรงเรียนบังคับว่าต้องทำ แต่ต่อไปนี่เราจะทำเพื่อตัวเราเอง ทำเพราะรู้ว่า ทำแล้วเกิดประโยชน์กับตัวเรา ไม่ใช่คนอื่นหรือโรงเรียน”

2. กิจกรรมและกลไกการเสริมสร้างวินัยระดับห้องเรียน/สถานศึกษา

1) กิจกรรมสร้างเสริมวินัยประจำสัปดาห์/ประจำเดือน โดยคณะกรรมการวินัยนักเรียน

1.1) กิจกรรมมาทำตามวินัยกันเถอะ โดยการรณรงค์ให้นักเรียนฝึกตนเองตามกิจกรรมประจำวันอย่างต่อเนื่อง ทุกวัน ทุกกิจกรรม

1.2) กิจกรรมท่องคำปฏิญาณตน

ข้าพเจ้า เป็นผู้มีวินัยในตนเอง ด้วยการปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะ เคารพสิทธิของผู้อื่น

1.3) กิจกรรมสำรวจตนเอง สำรวจเพื่อน

(ตรวจสอบรายการ ตามตารางกิจกรรมประจำวันเท่าที่ อย่างมีสไตล์ ด้วยวินัยในตัวเอง)

2) กิจกรรมการประเมิน

2.1) ฉันทิมีวินัยในระดับไหน โดยนักเรียนผู้นำวินัยและคณะกรรมการวินัยนักเรียน

2.2) กิจกรรมการประเมินระดับโรงเรียน จากคณะกรรมการกลางวินัยนักเรียน

(ตามกระบวนการทดลองใช้) ประเมินตามองค์ประกอบวินัย

กาพย์ยานี 11 วินัยนักเรียน โดย ครูคำพันธุ์ ตูลากัน โรงเรียนบ้านหนองผักแว่น, 2560

1) ปฏิบัติตามระเบียบวินัย

วินัยนั้นสำคัญ	เร่งมุ่งมั่นหมั่นทำตาม
ทุกข้อเลิศดงาม	พยายามทำด้วยใจ
ระเบียบการแต่งกาย	ทั้งหญิงชายจดจำไว้
เครื่องแบบที่สวมใส่	ภาคภูมิใจอาชีพรเรา
มาเรียนตรงเวลา	อย่าชักช้าเร่งฝีเท้า
ชาติไทยเตือนใจเรา	น้อมใจเข้ายืนตัวตรง
มาสายขอขมา	คุณครูขาคควรเสริมส่ง
เข้าเรียนสมประสงค์	ใจมั่นคงเรียนวิชา
เครื่องมือการสื่อสาร	ต้องเสริมงานการศึกษา
สืบเสาะและค้นหา	สร้างปัญญาค่าของคน
สัญญาณจราจร	พึงสังวรหมั่นฝึกฝน
ปลอดภัยสุขใจล้ำ	วินัยตนให้พากเพียร
รักษาความสะอาด	บรรยากาศในห้องเรียน
ปลอดภัยเร่งอ่านเขียน	เป็นบทเรียนจำฝังใจ
มุ่งมั่นพัฒนา	เสริมปัญญาค่ายิ่งใหญ่
เด็กดีมีวินัย	สุขดวงใจไทยนิรันดร์

2) ปฏิบัติตามกฎหมายของโรงเรียน

ชื่อตรงต่อเวลา	มีคุณค่าอันยิ่งใหญ่
การทำงานสำเร็จได้	สุขฤทัยชื่นชีวี
คำสอนของผู้ใหญ่	จดจำไว้ให้จงดี
คุณครูผู้อารี	หวังศิษย์ดีมีวินัย
อ่อนน้อมและถ่อมตน	หมั่นฝึกฝนให้ขยันใจ
เคารพผู้ใหญ่ไซ้	จิตผ่องใสสุขเปรมปรีดิ์
ตั้งใจฟังครูสอน	พึงสังวรเร่งเร็วรี
วิชาความรู้ดี	เสริมชีวีให้สุขสันต์
อาหารและน้ำเปล่า	ไม่นำเข้าห้องเรียนนั้น
เล่นเกมโทษมหันต์	ร่วมผลักดันให้ไกลตัว
สุรา ยาเสพติด	พาชีวิตให้มีคมวิ
เตือนตนไม่เกะกะกั้ว	พันภัยตัวขึ้นชีวัน
ตั้งใจมีสติ	สมาธิค่าอนันต์
คิดทำสิ่งสร้างสรรค์	เสริมสร้างผืนดั่งประสงค์
เด็กดีมีน้ำใจ	สร้างชาติไทยให้มั่นคง
วินัยช่วยเสริมส่ง	ล้านใจคงสุขนิรันดร์

3) การวางตนให้ถูกต้องตามกาลเทศะ

แต่งกายให้เหมาะสม
 เรียบร้อยถ้อยวจี
 เกรงใจคนอื่นไว้
 ให้เกียรติโลกเชิดชู
 ใครช่วยให้ขอบคุณ
 ทำผิดอย่ามองข้าม
 ทักทายตามโอกาส
 อ่อนน้อมพร้อมกายใจ
 การเดินกับผู้ใหญ่
 นอบน้อมอย่าเดินสาย
 การนั่งให้เรียบร้อย
 ลูกยืนคอยบรรจง
 ห้องเรียนห้องประชุม
 ฟังพูดมีคุณค่า
 ขึ้นรถพึงระวัง
 น้ำใจเอื้ออารี
 กินข้าวรอผู้ใหญ่
 พ่อแม่ไม่ตรอมตรม
 วางตนให้ถูกต้อง
 วินัยหล่อหลอมใจ

ครูชื่นชมสมศักดิ์ศรี
 ชื่นชีวีเสนาะหู
 ทัวแดนไทยตระหนักรู้
 เด็กพึงรู้ความดีงาม
 ส่อสกุลเทิดทูนนาม
 วาจางามขอภักดิ์
 มารยาทฝึกฝนได้
 ไหว้ผู้ใหญ่สำรวมกาย
 จดจำไว้เดินทางซ้าย
 ตั้งใจกายให้มั่นคง
 ทำอ่อนช้อยตั้งกายตรง
 แขนมืองลงข้างกาย
 จงสุขุมถ้อยวาจา
 เสริมปัญญาความรู้ดี
 เว้นที่นั่งให้สตรี
 เป็นคนดีของสังคม
 มีวินัยน่าชื่นชม
 สุขสันต์ร่มเย็นสมฤทัย
 ตามครรลองงามแบบไทย
 ให้เด็กไทยพัฒนา

4) เคารพสิทธิของผู้อื่น

รับฟังความคิดเห็น	จับประเด็นสำคัญ
หลากหลายความคิดเห็น	สังเคราะห์พหุคูณคุณค่า
ก่อนพูดคิดใคร่ครวญ	ไม่ก่อวุ่นสร้างปัญหา
ตั้งใจใฝ่ศึกษา	พัฒนาคุณิย
สิทธิการฟังเพลง	ไม่ครั้นเครงรบกวนใคร
เปิดเผยความลับไซ้	ผิตวินัยไร้จรรยา
ฝึกตนรอกอยได้	จิตผ่องใสไม่โกรธา
แข่งคิวเพื่อนข้างหน้า	สร้างปัญหาขาดวินัย
เข้าใจความแตกต่าง	ทั้งรูปร่างปัญญาไซ้
คำพูดต้องจากใจ	สานสายใยใจเปรมปรีดี
การพูดส่งเสียงดัง	พึงระวังพลังวาที
รบกวนเพื่อนน้องพี่	คิดถ้วนถึเปล่งวจิ
จุดด้อยไม่ล้อเพื่อน	จงกลบเกลื่อนคิดทำดี
ร่วมรักสามัคคี	มิตรไมตรีสุขุททัย
ยอมรับและทำตาม	กฎข้อห้ามจำขึ้นใจ
ทำตนเดือดร้อนให้	ผู้อื่นไซ้ใจโคสิ
อ้างสิทธิหาประโยชน์	บังเกิดโทษเสื่อมศักดิ์ศรี
วินัยสร้างคนดี	เสริมชีวีค่าของคน
ทรัพย์สินคนอื่นเขา	ไม่หยิบเอาเป็นของตน
ชื่อเสียงเกรงใจคน	คุณค่าล้นชนเชิดชู
วาจาให้พอเหมาะ	เสียงไพเราะเสนาะหู
แย่งพูดไม่น่าดู	ผู้อื่นรู้อดสูใจ
ผู้นำมีวินัย	หล่อหลอมใจเด็กไทยได้
คิดดีทำดีไซ้	สุขดวงใจไทยนิรันดร์

คู่มือพัฒนาวินัยนักเรียน
ในสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน
ด้านการปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะและเคารพสิทธิผู้อื่น
(สำหรับคณะกรรมการวินัยนักเรียน)

ส่วนที่ 1 องค์ประกอบ/ตัวบ่งชี้ ของวินัยในแต่ละด้าน

องค์ประกอบ/ตัวบ่งชี้ ของวินัยในแต่ละด้านตามข้อตกลงที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ แบ่งเป็นองค์ประกอบวินัย 4 ด้าน ซึ่งในแต่ละด้านประกอบด้วยตัวบ่งชี้ต่าง ๆ รวม 54 ข้อ ได้แก่ ด้านการปฏิบัติตามระเบียบ 15 ข้อ ด้านการปฏิบัติตามกฎของโรงเรียน 13 ข้อ ด้านการวางตนให้ถูกต้องตามกาลเทศะ 14 ข้อ และด้านการเคารพสิทธิของผู้อื่น 12 ข้อ ดังรายละเอียดในตาราง ต่อไปนี้

1. ด้านการปฏิบัติตามระเบียบ 15 ข้อ

ลำดับที่	องค์ประกอบ/ตัวบ่งชี้
1.1	ระเบียบเกี่ยวกับการแต่งกายของนักเรียน
1.2	ระเบียบเกี่ยวกับทรงผมของนักเรียนทั้งชายและหญิง
1.3	ระเบียบเกี่ยวกับเวลามาโรงเรียนและการเข้าแถวเคารพธงชาติ
1.4	ระเบียบการเข้าห้องเรียนเมื่อนักเรียนมาสาย
1.5	ระเบียบเกี่ยวกับการปฏิบัติตนทั้งในและนอกโรงเรียน
1.6	ระเบียบเกี่ยวกับการปฏิบัติตนขณะที่อยู่ในห้องเรียน หรือในเวลาเรียน
1.7	ระเบียบเกี่ยวกับการดูแลรักษาความสะอาดของห้องเรียน
1.8	ระเบียบเกี่ยวกับการสร้างความรัก ความผูกพัน ภายในโรงเรียน
1.9	ระเบียบเกี่ยวกับการนำอุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์มาโรงเรียน
1.10	ระเบียบเกี่ยวกับการนำยานพาหนะมาโรงเรียน
1.11	ระเบียบเกี่ยวกับการปฏิบัติตามกฎจราจรอย่างเคร่งครัดเพื่อความปลอดภัย
1.12	ระเบียบในการขออนุญาตออกนอกบริเวณโรงเรียนหรือกลับบ้าน ก่อนเวลาเลิกเรียน
1.13	ระเบียบในการรับประทานอาหาร, การพักกลางวัน
1.14	ระเบียบเกี่ยวกับการลาป่วย - ลากิจ
1.15	ระเบียบเกี่ยวกับการช่วยกันดูแลรักษาความสะอาดห้องเรียน บริเวณโรงเรียน ให้สวยงามและปลอดภัย

2. ด้านการปฏิบัติตามกฎของโรงเรียน 13 ข้อ

ลำดับที่	องค์ประกอบ/ตัวบ่งชี้
2.1	กฎของการตรงต่อเวลา
2.2	กฎของการเชื่อฟังคำสั่งสอนของผู้ใหญ่
2.3	กฎของการมีสัมมาคารวะต่อผู้ใหญ่
2.4	กฎของการใช้ห้องเรียน หรือห้องประกอบการ
2.5	กฎของการมีมารยาทในขณะที่ครูทำการสอน
2.6	กฎของการนำอาหารมารับประทานในห้องเรียน
2.7	กฎของการเล่นให้เป็นเวลา
2.8	กฎของการปฏิบัติตนในชั่วโมงเรียน
2.9	กฎของการเดินเมื่อเปลี่ยนห้องเรียน
2.10	กฎของการไม่นำสิ่งที่เป็นอันตรายเข้ามาในโรงเรียน
2.11	กฎของการไม่ยุ่งเกี่ยวกับอบายมุขทุกชนิด
2.12	กฎของการไม่นำอุปกรณ์ เครื่องเล่น เกม หรือสิ่งที่เป็นไปเพื่อความบันเทิงเข้ามาในโรงเรียน
2.13	กฎของการรักษาความปลอดภัยที่อาจเกิดจากบุคคลภายนอก

3. ด้านการวางตนให้ถูกต้องตามกาลเทศะ 14 ข้อ

ลำดับที่	องค์ประกอบ/ตัวบ่งชี้
3.1	การแต่งกายให้เหมาะสมตามกาลเทศะ
3.2	การพูดได้ถูกต้องตามกาลเทศะ
3.3	การมีความเกรงใจผู้อื่น
3.4	การรู้จักให้เกียรติผู้อื่น
3.5	การรู้จักกาลเทศะในการแสดงความขอบคุณ หรือขอโทษ ได้อย่างเหมาะสม
3.6	การมีมารยาทในการทักทาย ให้เหมาะสมกับบุคคล
3.7	การมีกิริยามารยาทที่อ่อนน้อม วางตัวให้เหมาะสมกับเวลา บุคคล
3.8	การรู้จักวางตนให้เหมาะสม รู้จักเด็ก รู้จักผู้ใหญ่
3.9	การมีมารยาทในการยืน ให้ถูกต้องเหมาะสมกับโอกาสและบุคคล
3.10	การมีมารยาทในการเดิน
3.11	การมีมารยาทในการนั่ง
3.12	การมีมารยาทในห้องเรียน หรือห้องประชุม
3.13	การมีมารยาทในการรับประทานอาหาร
3.14	การมีมารยาทบนรถโดยสารประจำทาง

4. ด้านการเคารพสิทธิของผู้อื่น 12 ข้อ

ลำดับที่	องค์ประกอบ/ตัวบ่งชี้
4.1	การรู้จักยอมรับฟังความคิดเห็นของเพื่อนและผู้อื่น
4.2	สิทธิในการพูดที่ต้องไม่พูดไปรบกวนคนอื่นที่กำลังเรียนหรือต้องการความสงบ
4.3	สิทธิการฟังเพลงที่ไม่เปิดเสียงดังจนคนอื่นรำคาญ
4.4	การไม่นำความลับของเพื่อนหรือผู้อื่นมาเปิดเผยโดยไม่ได้รับอนุญาต
4.5	การรู้จักรอคอย ไม่แซงคิวเพื่อนหรือผู้อื่น
4.6	การไม่ส่งเสียงดังจนเป็นที่รบกวนเพื่อนหรือผู้อื่นในขณะที่เรียนหรือฟังประชุม หรือในที่สาธารณะ
4.7	การระลึกถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล ไม่พูดหรือแสดงท่าทางให้เพื่อนหรือผู้อื่นเสียใจหรือเสียใจ
4.8	การไม่พูดหรือกล่าวถึงปมด้อยของเพื่อนหรือผู้อื่น อันจะทำให้ผู้อื่นอับอายหรือเสียหาย
4.9	การยอมรับและทำตามกฎ ข้อบังคับ ของโรงเรียนหรือสังคม เพื่อไม่ให้ผู้อื่นเดือดร้อน
4.10	การไม่แอบอ้างใช้สิทธิของเพื่อนหรือผู้อื่น เพื่อผลประโยชน์ของตน
4.11	การไม่หยิบหรือใช้อุปกรณ์หรือทรัพย์สินของเพื่อนหรือผู้อื่นโดยไม่ได้รับอนุญาต
4.12	การไม่แย่งพูด หรือพูดสอดแทรกขณะที่เพื่อนหรือผู้อื่นกำลังพูด

“วินัย ใคร ๆ ก็ทำได้”

ชวนกันทำตามกิจกรรมส่งเสริมวินัย

วินัยที่เราจะทดลองปฏิบัติและประเมินตนเองในปีการศึกษานี้ มีอยู่ 4 ด้าน ได้แก่ ด้านการปฏิบัติตามระเบียบ ด้านการปฏิบัติตามกฎของโรงเรียน ด้านการวางตนให้ถูกต้องตามกาลเทศะและด้านการเคารพสิทธิของผู้อื่น ซึ่งแต่ละด้านมีตัวบ่งชี้ที่ไม่แตกต่างกันมากนัก เราลองมาดูกันว่า เราจะทำอย่างไรบ้างในแต่ละวันตามระเบียบและกฎเกณฑ์ที่เราหรือมนุษย์สร้างขึ้นมา เพื่อตัวเราเอง

ส่วนที่ 2 กิจกรรมและกลไกสร้างเสริมวินัยนักเรียน

กิจกรรมและกลไกสร้างเสริมวินัยนักเรียน ในความเป็นจริง สิ่งเหล่านี้เราทำกันอยู่แล้ว เพียงแต่เรายังไม่ได้ใส่ใจกับมันว่าเป็นสิ่งสำคัญ จึงไม่ได้นำมาจัดลำดับความสำคัญ ต่อไปนี้เรามาตั้งสติให้ดี แล้วระลึกดูว่า คนที่มีระเบียบวินัยในชีวิตแล้ว ส่วนใหญ่จะประสบผลสำเร็จ มีชีวิตที่บริบูรณ์ ลองนึกดูสิ ว่ามีใครบ้างที่เรารู้จัก ถ้าให้ชัดเจนที่สุด “พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช” ที่ทุกคนบอกว่าอยากตามรอยพ่อแล้วก็ยังมีอีกหลาย ๆ คนที่เป็นคนสำคัญของประเทศมากมาย และก็มีตัวอย่างอีกหลาย ๆ ตัวอย่างของคนที่ไม่ม่ระเบียบ กฎเกณฑ์ในชีวิต ที่ล้มเหลว กว่าจะรู้สึกตัวก็สายเสียแล้ว เราอยากเป็นคนประเภทไหน

“ไม่ต้องเก่งก็ประสบผลสำเร็จได้ถ้ามีวินัยในตัวเอง”

1. กิจกรรมและกลไกการเสริมสร้างวินัยนักเรียนระดับบุคคล (เท่าที่ อย่างมีสไตล์ ด้วยวินัยในตัวเอง)

ลำดับ	กิจกรรม	กลไกในการดำเนินการ
กิจกรรมเสริมวินัย นอกห้องเรียน		
1.	นักเรียนมาถึงโรงเรียน หุ้ยยืนตรงเพื่อทำความเคารพครูเวรหน้าประตู ก่อนเดินเข้าโรงเรียน (ระหว่างหุ้ยยืน ครูเวรรับการทำความเคารพจากนักเรียนด้วยกิริยาที่สรวม พร้อมสำรวจนักเรียนให้ทั่ว ทั้งการแต่งกาย สีหน้าท่าทาง) นักเรียนหุ้ยยืนด้วยความตั้งใจ (ทำความรู้สึกตัวด้วยการระลึกรู้ลมหายใจ)	นักเรียน, ครูเวร, นักเรียนผู้นำวินัย
2.	นักเรียนเดินเข้าโรงเรียนด้วยกิริยาที่สรวมเล็กน้อย (ไม่ถึงกับเกร็งเกินไป) แต่เป็นการแสดงความเคารพสถานศึกษาและให้เกียรติตนเอง - นำกระเป๋าไปเก็บในห้องเรียน (หรือแล้วแต่สถานศึกษากำหนด) หลังจากนั้นจึงไปรับประทานอาหาร (สำหรับผู้ที่ไม่ได้รับประทานอาหารเข้ามาโรงเรียน)	นักเรียน, นักเรียนผู้นำวินัย
3.	ปฏิบัติตามกิจ หรืออาจมีกิจกรรมตามที่สถานศึกษากำหนด เช่น ทำความสะอาดห้องเรียน บริเวณโรงเรียน หรืออื่น ๆ	นักเรียน, นักเรียนผู้นำวินัย
4.	ก่อนเคารพธงชาติ นักเรียนเข้าห้องเรียนหรือจุดที่ครู-อาจารย์ที่ปรึกษานัดพบ - พูดคุยถึงเรื่องข้อปฏิบัติต่าง ๆ เพื่อเป็นข้อตกลงในการสร้างวินัยให้เกิดขึ้นกับตนเอง (โดยเน้นที่การปลูกฝังให้นักเรียนมีความศรัทธาและเชื่อมั่นว่า การเป็นผู้ที่มีวินัยจะทำให้ตนเองมีความสง่างาม เป็นที่นาชื่นชมของคนรอบข้าง) อาจมีการยกตัวอย่าง หรือชื่นชมนักเรียนที่ปฏิบัติตนดี และได้รับคำชมเชยจากผู้อื่น - ทบทวนเนื้อหาบทเรียนในแต่ละวิชา (ซึ่งนักเรียนควรช่วยกันจัดตารางไว้ว่า จะอ่านหรือทบทวนวิชาอะไร) เป็นการช่วยเหลือกันระหว่างคนเก่งกับคนอ่อน (หรือกิจกรรมที่สถานศึกษากำหนด)	นักเรียน, ครูที่ปรึกษา, นักเรียนผู้นำวินัย
5.	การเตรียมตัวไปเข้าแถวเคารพธงชาติ โดยการเข้าแถวก่อน แล้วเดินไปเป็นแถวด้วยความตั้งใจ (ก่อนเดินทำความรู้สึกตัวด้วยการระลึกรู้ลมหายใจ) การเคารพธงชาติ ปฏิบัติตามนโยบายของโรงเรียน	นักเรียน, ครูที่ปรึกษา, นักเรียนผู้นำวินัย
6.	หลังเคารพธงชาติ มีกิจกรรมทำสมาธิ กำหนดลมหายใจ ผีกลสตรระลึกรู้ (อาจใช้เวลา 1 – 2 นาที) ปฏิบัติในสนามหรือในห้องเรียน (ตามบริบทของโรงเรียน)	นักเรียน, ครูที่ปรึกษา, นักเรียนผู้นำวินัย
7.	การเดินแถวเข้าห้องเรียนด้วยความตั้งใจ (เน้นการรู้สึกตัว ระลึกรู้ลมหายใจ) ในขณะที่เดินแถวเพื่อความเป็นระเบียบเรียบร้อย และเตรียมการเข้าสู่การเรียนในคาบแรก (อย่างมีสติ)	นักเรียน, ครูที่ปรึกษา, นักเรียนผู้นำวินัย

ลำดับ	กิจกรรม	กลไกในการดำเนินการ
กิจกรรมเสริมวินัยในห้องเรียน		
8.	เมื่อนักเรียนเดินเข้าไปในห้องเรียน ทุกคนควรสงบและสำรวม เตรียมพร้อมเข้าสู่การเรียนรู้ เมื่อถึงที่นั่งของตัวเอง วางกระเป๋าแล้วฝึกรู้สึกตัวเล็กน้อย โดยการหายใจลึก ๆ ไม่จำเป็น ต้องเกร็งมาก ทำตามสบาย และไม่ควรพูดเสียงดังแล้ว เพื่อเตรียมกิจกรรมในลำดับต่อไป	นักเรียน, ครูที่ปรึกษา, นักเรียนผู้นำวินัย
9.	กิจกรรมโฮมรูม พบอาจารย์ที่ปรึกษา และผู้นำวินัย นักเรียนกล่าวคำปฏิญาณตน เพื่อระลึกถึง การมีวินัยในตัวเองเป็นประจำทุกวัน “ข้าพเจ้า เป็นผู้มีวินัยในตนเองปฏิบัติ ตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะ และเคารพสิทธิของผู้อื่น”	นักเรียน, ครูที่ปรึกษา, นักเรียนผู้นำวินัย
10.	เริ่มเรียนคาบแรก หัวหน้าห้อง นำสมุดบันทึกรายคาบเรียนมาเช็คชื่อเพื่อนที่เรียนในแต่ละคาบ (สมุดบันทึก หัวหน้าห้องไปรับมาก่อนเรียนคาบแรก) โดยให้ครู-อาจารย์ ที่สอนเซ็นชื่อกำกับ ในสมุดทุกคาบเรียน	นักเรียน, ครูผู้สอน, นักเรียนผู้นำวินัย
11.	ในขณะที่เรียนแต่ละคาบ นักเรียนตั้งใจเรียน เคารพครู – อาจารย์ที่สอน ไม่พูดสอดแทรก ขณะที่ครู – อาจารย์กำลังอธิบาย เมื่อไม่เข้าใจ ควรยกมือก่อนแล้วค่อยถามหรือพูด	นักเรียน, ครูผู้สอน, นักเรียนผู้นำวินัย
12.	หมดคาบเรียน นักเรียนเก็บสมุด – หนังสือ ใส่กระเป๋าให้เรียบร้อย หัวหน้าห้อง หรือครู – อาจารย์ที่สอน เตือนนักเรียนให้นั่งสงบ ระลึกรู้ลมหายใจ รู้สึกตัว ฝึกสติ จึงค่อยออก นอกห้องเรียนเพื่อเปลี่ยนคาบเรียน (ปฏิบัติเช่นนี้ทุกคาบเรียน)	นักเรียน, ครูผู้สอน, นักเรียนผู้นำวินัย
13.	การเดินเปลี่ยนคาบเรียน เดินเป็นแถว ไม่เล่น หรือหยอกล้อกันในขณะเดิน เดินด้วยความรู้สึกตัว เพื่อให้มีสมาธิในการเรียนวิชาต่อไป อันจะทำให้การเรียนมีประสิทธิภาพ และเป็นการฝึกบุคลิกภาพของตนเองให้ดูดี สวย หล่อ (ปฏิบัติทุกครั้งที่เปลี่ยนคาบเรียน) ทั้งนี้ การเดินให้เป็นไปอย่างธรรมชาติ สบาย ๆ ไม่ต้องเกร็งมาก	นักเรียน, ครูผู้สอน, นักเรียนผู้นำวินัย
14.	การพักรับประทานอาหารกลางวัน ควรรับประทานอาหารในโรงอาหารเท่านั้น และมีมารยาท ในการรับประทานอาหาร ไม่เดินกินขนม หรือเดินไปดื่มน้ำไป อาจเกิดอุบัติเหตุได้ ควรรับประทานอาหาร ให้เสร็จก่อน ค่อยเล่น หรือคุยกัน	นักเรียน, ครูผู้สอน, นักเรียนผู้นำวินัย
15.	เลิกเรียนในคาบสุดท้าย นักเรียนเก็บกระเป๋าเรียบร้อยแล้ว ก่อนกลับบ้าน ควรนั่งหยุดนิ่ง เพื่อระลึกถึงลมหายใจ รู้สึกตัว ฝึกสติ ให้รู้ตัวด้วยความตั้งใจก่อนออกจากห้องเรียน	นักเรียน, ครูผู้สอน, นักเรียนผู้นำวินัย

ลำดับ	กิจกรรม	กลไกในการดำเนินการ
กิจกรรมเสริมวินัย นอกโรงเรียน (บ้านและชุมชน)		
16.	ถึงเวลากลับบ้าน ทำความเคารพครูเวรหน้าประตู (ครูเวรสำรวจการแต่งกายของนักเรียน) เพื่อให้เรียบร้อยตั้งแต่ออกจากบ้านจนกลับเข้าบ้าน ซึ่งถือว่าการแต่งกายเรียบร้อย เป็นการให้เกียรติตนเอง ให้เกียรติสถาบัน ทำให้ตัวเองมีบุคลิกดี เท่ๆ ดูดี สวยและหล่อ เป็นที่นาชื่นชมของผู้ที่พบเห็น	นักเรียน, ครูเวร
17.	การเดินทางกลับบ้าน ควรปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ของโรงเรียน และการจราจร เพื่อความปลอดภัยของตนเองและผู้อื่น	นักเรียน, ชุมชน
18.	กลับถึงบ้าน ถ้าพบผู้ปกครองหรือผู้ใหญ่ที่บ้าน ควรทำความเคารพ เก็บกระเป๋าให้เรียบร้อย เปลี่ยนชุดนักเรียนออกก่อน แล้วจึงปฏิบัติภารกิจหรือทำกิจกรรมประจำวันของตนเอง	นักเรียน, ผู้ปกครองและ ตัวนักเรียนเอง, ชุมชน
19.	ถ้านักเรียนช่วยเหลืองานบ้านเล็ก ๆ น้อย ๆ ผู้ปกครอง พ่อ แม่ จะมีความสุข และภาคภูมิใจในตัวนักเรียน อีกทั้งยังเป็นการแบ่งเบาภาระพ่อแม่ ที่ต้องเหน็ดเหนื่อยกับการทำงานมาทั้งวัน รวมทั้งตัวนักเรียนจะมีความสุขภาคภูมิใจในตนเองเป็นอย่างมาก ที่เป็นคนที่มีคุณค่า	นักเรียน, ผู้ปกครองและ ตัวนักเรียนเอง, ชุมชน
20.	ก่อนนอน ทำการบ้าน หรืออ่านหนังสือ หลังจากนั้น ทบทวนตนเองเล็กน้อย ว่าทำอะไรบ้าง ในแต่ละวัน ไม่ว่าจะเป็นสิ่งที่ดีหรือไม่ดีก็ได้ เพื่อจะได้นำไปปรับปรุงแก้ไขในวันต่อไป แล้วบันทึกข้อความลงในสมุดบันทึก (DD NOTE) สั้น ๆ เพื่อเตือนใจตนเอง แล้วจึงสวดมนต์ กราบพระ ระลึกรู้ลมหายใจ รู้สึกตัว ผีกลสติเพื่อการนอนหลับที่มีคุณภาพ	นักเรียน, ตัวนักเรียนเอง, ผู้ปกครอง

“กิจกรรมตามตาราง 20 ข้อ เราทำทุกวันอยู่แล้ว เพียงแต่ทำอย่างไม่มีสติระลึกรู้ ทำเพราะถูกโรงเรียนบังคับว่าต้องทำ แต่ต่อไปนี่เราจะทำเพื่อตัวเราเอง ทำเพราะรู้ว่า ทำแล้วเกิดประโยชน์กับตัวเรา ไม่ใช่คนอื่นหรือโรงเรียน”

2. กิจกรรมและกลไกการเสริมสร้างวินัยระดับห้องเรียน/สถานศึกษา

1) กิจกรรมเสริมสร้างวินัยประจำสัปดาห์/ประจำเดือน โดยคณะกรรมการวินัยนักเรียน

1.1) กิจกรรมมาทำตามวินัยกันเถอะ โดยการรณรงค์ให้นักเรียนฝึกตนเองตามกิจกรรมประจำวันอย่างต่อเนื่อง ทุกวัน ทุกกิจกรรม

1.2) กิจกรรมท่องคำปฏิญาณตน

ข้าพเจ้า เป็นผู้มีวินัยในตนเอง ด้วยการปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะ เคารพสิทธิของผู้อื่น

1.3) กิจกรรมสำรวจตนเอง สำรวจเพื่อน

(ตรวจสอบรายการ ตามตารางกิจกรรมประจำวันเท่าที่ อย่างมีสไตล์ ด้วยวินัยในตัวเอง)

2) กิจกรรมการประเมิน

2.1) ฉันทิมีวินัยในระดับไหน โดยนักเรียนผู้นำวินัยและคณะกรรมการวินัยนักเรียน

2.2) กิจกรรมการประเมินระดับโรงเรียน จากคณะกรรมการกลางวินัยนักเรียน

(ตามกระบวนการทดลองใช้) ประเมินตามองค์ประกอบวินัย

แบบสอบถามการปฏิบัติหรือพฤติกรรมเกี่ยวกับการมีวินัยของนักเรียน ระดับมัธยมศึกษาตอนต้นในสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน

คำชี้แจง

แบบสอบถามชุดนี้วัตถุประสงค์เพื่อสำรวจการปฏิบัติและพฤติกรรมของนักเรียนในสถานศึกษาระดับ
การศึกษาขั้นพื้นฐานประกอบด้วย 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลเบื้องต้นของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 การปฏิบัติ/พฤติกรรมเกี่ยวกับด้านการปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะและ
เคารพสิทธิผู้อื่น

ตอนที่ 3 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

ตอนที่ 1 ข้อมูลเบื้องต้นของผู้ตอบแบบสอบถาม

1. โรงเรียน

- ☐ โรงเรียนองค์รักษ์
- ☐ โรงเรียนเตรียมอุดมพัฒนาการ สระบุรี
- ☐ โรงเรียนสวนกุหลาบชลบุรี
- ☐ โรงเรียนบ้านหนองผักแว่น
- ☐ โรงเรียนบ้านตามูล

2. เพศ

- ☐ ชาย
- ☐ หญิง

3. ระดับชั้นของผู้ตอบ

- ☐ ม. 1
- ☐ ม. 2
- ☐ ม. 3

4. การเข้าค่ายผู้นำวินัย

- ☐ ไม่ได้เข้าค่าย
- ☐ เข้าค่าย

ตอนที่ 2 การปฏิบัติหรือมีพฤติกรรมเกี่ยวกับวินัยด้านการปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะ และเคารพสิทธิผู้อื่น

โปรดประเมินการปฏิบัติตาม ระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะและเคารพสิทธิผู้อื่นของนักเรียน
ในแต่รายการโดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความเป็นจริงของท่านทั้งสภาพก่อนเข้าโครงการและ
สภาพที่เป็นจริงหลังเข้าโครงการตามความหมาย ดังนี้

- | | |
|--------------------------------|--------------------------|
| 5 หมายถึง การปฏิบัติมากที่สุด | 4 หมายถึง การปฏิบัติมาก |
| 3 หมายถึง การปฏิบัติปานกลาง | 2 หมายถึง การปฏิบัติน้อย |
| 1 หมายถึง การปฏิบัติน้อยที่สุด | |

[illegible]

[illegible]

[illegible]

ตอนที่ 3 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

บันทึกประจำวัน (DD Note)

เดือน.....พ.ศ.....

ชื่อ/สกุล.....ชั้น ☐ ม. 1/.... ☐ ม. 2/.... ☐ ม. 3/....

ลำดับ	กิจกรรม	บันทึก (ต่อเดือน)
1.	นักเรียนมาถึงโรงเรียน หยุดยืนตรงเพื่อทำความเคารพ ครูเวรหน้าประตู ก่อนเดินเข้าโรงเรียน (ระหว่างหยุดยืน ครูเวรรับการทำความเคารพจากนักเรียนด้วยกิริยาที่สำรวม พร้อมสำรวจนักเรียนให้ทั่ว ทั้งการแต่งกาย สีหน้าท่าทาง) นักเรียนหยุดยืนด้วยความตั้งใจ (ทำความรู้สึกตัวด้วยการระลึกรู้ลมหายใจ)	เมื่อมาถึงโรงเรียนทำความเคารพครู และครูรับการทำความเคารพจากฉันด้วยความตั้งใจ ☐ ทำทุกวัน ☐ ทำ 15-20 วัน ☐ ทำ 10-14 วัน ☐ ทำ 6-9 วัน ☐ ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน บันทึกเพิ่มเติม.....
2.	นักเรียนเดินเข้าโรงเรียนด้วยกิริยาที่สำรวมเล็กน้อย (ไม่ถึงกับเกร็งเกินไป) แต่เป็นการแสดงความเคารพสถานศึกษาและให้เกียรติตนเอง - นำกระเป๋าไปเก็บในห้องเรียน (หรือแล้วแต่สถานศึกษากำหนด) หลังจากนั้นจึงไปรับประทานอาหาร (สำหรับผู้ที่มิได้รับประทานอาหารเข้ามาโรงเรียน)	เดินเข้าโรงเรียนด้วยกิริยาที่สำรวม ☐ ทำทุกวัน ☐ ทำ 15-20 วัน ☐ ทำ 10-14 วัน ☐ ทำ 6-9 วัน ☐ ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน บันทึกเพิ่มเติม.....
3.	ปฏิบัติตามกิจหรืออาจมีกิจกรรมตามที่สถานศึกษากำหนด เช่น ทำความสะอาดห้องเรียน บริเวณโรงเรียน หรืออื่น ๆ	ปฏิบัติตามกิจหรือกิจกรรมตามที่สถานศึกษากำหนด ☐ ทำทุกวัน ☐ ทำ 15-20 วัน ☐ ทำ 10-14 วัน ☐ ทำ 6-9 วัน ☐ ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน บันทึกเพิ่มเติม.....
4.	ก่อนเคารพธงชาติ นักเรียนเข้าห้องเรียนหรือจุดที่ครู-อาจารย์ที่ปรึกษานัดพบ - พูดคุยถึงเรื่องข้อปฏิบัติต่าง ๆ เพื่อเป็นข้อตกลงในการสร้างวินัยในเกิดกับตนเอง (โดยเน้นที่การปลูกฝังให้นักเรียนมีความศรัทธาและเชื่อมั่นว่า การเป็นผู้ที่มีวินัยจะทำให้ตนเองมีความสง่างาม เป็นที่น่าชื่นชมของคนรอบข้าง) อาจมีการยกตัวอย่าง หรือชื่นชมนักเรียนที่ปฏิบัติตนดี และได้รับคำชมเชยจากผู้อื่น	ก่อนเคารพธงชาติ เข้าห้องเรียนหรือจุดที่ครู-อาจารย์ที่ปรึกษานัดพบ และมีการทบทวนข้อปฏิบัติต่าง ๆ เกี่ยวกับระเบียบวินัย ☐ ทำทุกวัน ☐ ทำ 15-20 วัน ☐ ทำ 10-14 วัน ☐ ทำ 6-9 วัน ☐ ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน บันทึกเพิ่มเติม.....

ลำดับ	กิจกรรม	บันทึก (ต่อเดือน)
	- ทบทวนเนื้อหาบทเรียนในแต่ละวิชา (ซึ่งนักเรียนควรช่วยกันจัดตารางไว้ว่า จะอ่านหรือทบทวนวิชาอะไร) เป็นการช่วยเหลือกันระหว่างคนเก่งกับคนอ่อน (หรือกิจกรรมที่สถานศึกษากำหนด)	
5.	การเตรียมตัวไปเข้าแถวเคารพธงชาติ โดยการเข้าแถวก่อนแล้วเดินไปเป็นแถวด้วยความตั้งใจ (ก่อนเดินทำความรู้สึกตัวด้วยการระลึกคุณงามความดี) การเคารพธงชาติปฏิบัติตามนโยบายของโรงเรียน	เตรียมตัวไปเข้าแถวเคารพธงชาติเดินเป็นแถว ☐ ทำทุกวัน ☐ ทำ 15-20 วัน ☐ ทำ 10-14 วัน ☐ ทำ 6-9 วัน ☐ ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน บันทึกเพิ่มเติม.....
6.	หลังเคารพธงชาติ มีกิจกรรมทำสมาธิ กำหนดลมหายใจ ผีอกสตรึงรู้ (อาจใช้เวลา 1 – 2 นาที) ปฏิบัติในสนามหรือในห้องเรียน (ตามบริบทของโรงเรียน)	หลังเคารพธงชาติ มีกิจกรรมทำสมาธิ ☐ ทำทุกวัน ☐ ทำ 15-20 วัน ☐ ทำ 10-14 วัน ☐ ทำ 6-9 วัน ☐ ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน บันทึกเพิ่มเติม.....
7.	การเดินแถวเข้าห้องเรียนด้วยความตั้งใจ (เน้นการรู้สึกตัว ระลึกคุณงามความดี) ในขณะที่เดินแถว เพื่อความเป็นระเบียบเรียบร้อย และเตรียมการเข้าสู่การเรียนในคาบแรก (อย่างมีสติ)	เดินแถวเข้าสู่การเรียนในคาบแรกอย่างมีสติ ☐ ทำทุกวัน ☐ ทำ 15-20 วัน ☐ ทำ 10-14 วัน ☐ ทำ 6-9 วัน ☐ ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน บันทึกเพิ่มเติม.....
8.	เมื่อนักเรียนเดินเข้าไปในห้องเรียน ทุกคนควรสงบและสำรวม เตรียมพร้อมเข้าสู่การเรียน เมื่อถึงที่นั่งของตัวเอง วางกระเป๋าแล้วรู้สึกตัวเล็กน้อย โดยการหายใจลึก ๆ ไม่จำเป็นต้องเกร็งมาก ทำตามสบาย และไม่ควรพูดเสียงดังแล้ว เพื่อเตรียมกิจกรรมในลำดับต่อไป	สงบและสำรวม เตรียมพร้อมเข้าสู่การเรียน ☐ ทำทุกวัน ☐ ทำ 15-20 วัน ☐ ทำ 10-14 วัน ☐ ทำ 6-9 วัน ☐ ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน บันทึกเพิ่มเติม.....

ลำดับ	กิจกรรม	บันทึก (ต่อเดือน)
9.	กิจกรรมโฮมรูม พบอาจารย์ที่ปรึกษา และผู้นำวินัย นักเรียนกล่าวคำปฏิญาณตน เพื่อระลึกถึงการมีวินัย ในตัวเองเป็นประจำทุกวัน “ข้าพเจ้า เป็นผู้มีวินัยในตนเอง ปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะ และเคารพสิทธิของผู้อื่น”	กล่าวคำปฏิญาณตน ☐ ทำทุกวัน ☐ ทำ 15-20 วัน ☐ ทำ 10-14 วัน ☐ ทำ 6-9 วัน ☐ ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน บันทึกเพิ่มเติม.....
10.	เริ่มเรียนคาบแรก หัวหน้าห้อง นำสมุดบันทึก รายคาบเรียนมาเช็คชื่อเพื่อนที่เรียนในแต่ละคาบ (สมุดบันทึก หัวหน้าห้องไปรับมาก่อนเรียนคาบแรก) โดยให้ครู-อาจารย์ ที่สอนเซ็นชื่อกำกับในสมุดทุกคาบเรียน	รับการเช็คชื่อ ในห้อง ☐ ทำทุกวัน ☐ ทำ 15-20 วัน ☐ ทำ 10-14 วัน ☐ ทำ 6-9 วัน ☐ ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน บันทึกเพิ่มเติม.....
11.	ในขณะที่เรียนแต่ละคาบ นักเรียนตั้งใจเรียน เคารพ ครู – อาจารย์ที่สอน ไม่พูดสอดแทรกขณะที่ครู – อาจารย์ กำลังอธิบาย เมื่อไม่เข้าใจ ควรยกมือก่อน แล้วค่อย ถามหรือพูด	ตั้งใจเรียน ไม่พูดสอดแทรกขณะที่ครู – อาจารย์ กำลังอธิบาย เมื่อไม่เข้าใจ ยกมือก่อนแล้วค่อยถาม ☐ ทำทุกวัน ☐ ทำ 15-20 วัน ☐ ทำ 10-14 วัน ☐ ทำ 6-9 วัน ☐ ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน บันทึกเพิ่มเติม.....
12.	หมดคาบเรียน นักเรียนเก็บสมุด หนังสือ ใส่กระเป๋า ให้เรียบร้อย หัวหน้าห้อง หรือครู – อาจารย์ที่สอน เตือนนักเรียนให้นั่งสงบ ระลึกรู้ลมหายใจ รู้สึกตัว ผีสติ จึงค่อยออกนอกห้องเรียนเพื่อเปลี่ยนคาบเรียน (ปฏิบัติเช่นนี้ทุกคาบเรียน)	นั่งสงบ ระลึกรู้ลมหายใจ รู้สึกตัว ผีสติ จึงค่อยออก นอกห้องเรียน ☐ ทำทุกวัน ☐ ทำ 15-20 วัน ☐ ทำ 10-14 วัน ☐ ทำ 6-9 วัน ☐ ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน บันทึกเพิ่มเติม.....

ลำดับ	กิจกรรม	บันทึก (ต่อเดือน)
13.	การเดินเปลี่ยนคาบเรียน เดินเป็นแถว ไม่เล่น หรือหยอกล้อกันในขณะเดิน เดินด้วยความรู้สึกตัว เพื่อให้มีสมาธิในการเรียนวิชาต่อไป อันจะทำให้การเรียนมีประสิทธิภาพ และเป็นการฝึกบุคลิกภาพของตนเอง ให้ดูดี สวยหล่อ (ปฏิบัติทุกครั้งที่เปลี่ยนคาบเรียน) ทั้งนี้ การเดินให้เป็นไปอย่างธรรมชาติ สบาย ๆ ไม่ต้องเกร็งมาก	เปลี่ยนคาบเรียน เดินเป็นแถว ไม่เล่น หรือหยอกล้อกัน ในขณะเดิน เดินด้วยความรู้สึกตัว ☐ ทำทุกวัน ☐ ทำ 15-20 วัน ☐ ทำ 10-14 วัน ☐ ทำ 6-9 วัน ☐ ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน บันทึกเพิ่มเติม.....
14.	การพักรับประทานอาหารกลางวัน ควรรับประทานอาหาร ในโรงอาหารเท่านั้น และมีมารยาทในการรับประทาน ไม่เดินกินขนม หรือเดินไปตักน้ำไป อาจเกิดอุบัติเหตุได้ ควรรับประทานให้เสร็จก่อน ค่อยเล่น หรือคุยกัน	รับประทานอาหารในโรงอาหารเท่านั้น และมีมารยาท ในการรับประทาน ☐ ทำทุกวัน ☐ ทำ 15-20 วัน ☐ ทำ 10-14 วัน ☐ ทำ 6-9 วัน ☐ ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน บันทึกเพิ่มเติม.....
15.	เลิกเรียนในคาบสุดท้าย นักเรียนเก็บกระเป๋าเรียบร้อย ก่อนกลับบ้าน ควรนั่งหยุดนิ่งเพื่อระลึกถึงคุณครู รู้สึกตัว ผิดกติ ให้รู้ตัวด้วยความตั้งใจก่อนออกจากห้องเรียน	นั่งหยุดนิ่งเพื่อระลึกถึงคุณครู รู้สึกตัว ผิดกติ ให้รู้ตัวด้วยความตั้งใจก่อนออกจากห้องเรียน ☐ ทำทุกวัน ☐ ทำ 15-20 วัน ☐ ทำ 10-14 วัน ☐ ทำ 6-9 วัน ☐ ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน บันทึกเพิ่มเติม.....
16.	ถึงเวลากลับบ้าน ทำความเคารพครูเวรหน้าประตู (ครูเวรสำรวจการแต่งกายของนักเรียน) เพื่อให้เรียบร้อย ตั้งแต่ออกจากบ้านจนกลับเข้าบ้าน ซึ่งถือว่าการแต่งกาย เรียบร้อยเป็นการให้เกียรติตนเอง ให้เกียรติสถาบัน ทำให้ตัวเองมีบุคลิกดี เท่ ดูดี สวยและหล่อ เป็นที่น่าชื่นชมของผู้ที่พบเห็น	ทำความเคารพครูเวรหน้าประตู (ครูเวรสำรวจการแต่งกายของนักเรียน) ☐ ทำทุกวัน ☐ ทำ 15-20 วัน ☐ ทำ 10-14 วัน ☐ ทำ 6-9 วัน ☐ ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน บันทึกเพิ่มเติม.....

ลำดับ	กิจกรรม	บันทึก (ต่อเดือน)
17.	การเดินทางกลับบ้าน ควรปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ของโรงเรียน และการจราจร เพื่อความปลอดภัยของตนเองและผู้อื่น	ปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ของโรงเรียนและการจราจร ☐ ทำทุกวัน ☐ ทำ 15-20 วัน ☐ ทำ 10-14 วัน ☐ ทำ 6-9 วัน ☐ ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน บันทึกเพิ่มเติม.....
18.	กลับบ้าน ถ้าพบผู้ปกครองหรือผู้ใหญ่ที่บ้าน ควรทำความเคารพ เก็บกระเป๋าให้เรียบร้อย เปลี่ยนชุดนักเรียนออกก่อน แล้วจึงปฏิบัติภารกิจหรือทำกิจกรรมประจำวันของตนเอง	ทำความเคารพเมื่อพบผู้ปกครองหรือผู้ใหญ่ที่บ้าน ☐ ทำทุกวัน ☐ ทำ 15-20 วัน ☐ ทำ 10-14 วัน ☐ ทำ 6-9 วัน ☐ ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน บันทึกเพิ่มเติม.....
19.	ถ้านักเรียนช่วยเหลืองานบ้านเล็ก ๆ น้อย ๆ ผู้ปกครอง พ่อ แม่ จะมีความสุข และภาคภูมิใจในตัวนักเรียน อีกทั้งยังเป็นการแบ่งเบาภาระพ่อแม่ ที่ต้องเหน็ดเหนื่อยกับการทำงานมาทั้งวัน รวมทั้งตัวนักเรียนจะมีความสุขภาคภูมิใจในตัวเองเป็นอย่างมากที่เป็นคนที่มีคุณค่า	ช่วยเหลืองานบ้าน ☐ ทำทุกวัน ☐ ทำ 15-20 วัน ☐ ทำ 10-14 วัน ☐ ทำ 6-9 วัน ☐ ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน บันทึกเพิ่มเติม.....
20.	ก่อนนอน ทำการบ้าน หรืออ่านหนังสือ หลังจากนั้น ทบทวนตัวเองเล็กน้อย ว่าทำอะไรบ้างในแต่ละวัน ไม่ว่าจะเป็นสิ่งที่ดีหรือไม่ดีก็ได้ เพื่อจะได้นำไปปรับปรุงแก้ไขในวันต่อไป แล้วบันทึกข้อความลงในสมุดบันทึก (DD NOTE) สั้น ๆ เพื่อเตือนใจตัวเอง แล้วจึงสวดมนต์กราบพระ ระลึกรู้ลมหายใจ รู้สีกตัว ฝึกสติ เพื่อการนอนหลับที่มีคุณภาพ	บันทึกข้อความลงใน (DD NOTE) ☐ ทำทุกวัน ☐ ทำ 15-20 วัน ☐ ทำ 10-14 วัน ☐ ทำ 6-9 วัน ☐ ไม่ทำหรือทำไม่เกิน 5 วัน บันทึกเพิ่มเติม.....

กรรมการวินัยนักเรียนรับทราบ (ลงชื่อ).....

(.....)

วันที่.....เดือน..... พ.ศ.....

คณะผู้จัดทำ

คู่มือการเสริมสร้างวินัยนักเรียนในสถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน
ด้านการปฏิบัติตามระเบียบ กฎเกณฑ์ รู้จักกาลเทศะและเคารพสิทธิผู้อื่น

ที่ปรึกษา

ดร.สุภัทร จำปาทอง	เลขาธิการสภาการศึกษา
ดร.วัฒนาพร ระงับทุกข์	รองเลขาธิการสภาการศึกษา
นายสำเนา เนื่อทอง	ผู้อำนวยการสำนักมาตรฐานการศึกษา และพัฒนาการเรียนรู้

รายชื่อวิทยากร

ผศ.นาวาตรี ดร.พงศ์เทพ จิระโร	มหาวิทยาลัยบูรพา
ผศ.ผลาดร สุวรรณโพธิ์	มหาวิทยาลัยบูรพา
ดร.ประชา อินัง	มหาวิทยาลัยบูรพา
ดร.ศจี จิระโร	มหาวิทยาลัยบูรพา
นางสาวจุฑามาศ จันทน์	มหาวิทยาลัยบูรพา

บรรณาธิการเอกสาร

นายสุภสิทธิ์ ภูภักดี	นักวิชาการศึกษาชำนาญการ
----------------------	-------------------------

ออกแบบและประสานการจัดพิมพ์

นายสุภสิทธิ์ ภูภักดี	นักวิชาการศึกษาชำนาญการ
----------------------	-------------------------

ผู้รับผิดชอบโครงการ

นายสำเนา เนื่อทอง	ผู้อำนวยการสำนักมาตรฐานการศึกษา และพัฒนาการเรียนรู้
นางสาวจักษณา อธิรัตน์ปัญญา	นักวิชาการศึกษาชำนาญการพิเศษ
นางสาวจันทิมา ศุภรพงศ์	นักวิชาการศึกษาชำนาญการพิเศษ
นางสาวสมพร พรหมดี	นักวิชาการศึกษาชำนาญการ
นางสาวณัฐตรา แทนคำ	นักวิชาการศึกษาชำนาญการ
นายสมชาย นัยเนตร	นักวิชาการศึกษาชำนาญการ
นายสุภสิทธิ์ ภูภักดี	นักวิชาการศึกษาชำนาญการ

หน่วยงานที่รับผิดชอบ

กลุ่มพัฒนานโยบายด้านการเรียนรู้ สำนักมาตรฐานการศึกษาและพัฒนาการเรียนรู้
สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ
โทร. 02-668-7123 ต่อ 2516 และ 2560 โทรสาร 02-243-1129

สิ่งพิมพ์ สกศ. อันดับที่ 38/2562
ISBN 978-616-270-208-2

